PDF

VIDA ENTRE O CÉU E A TERRA

GEORGE ANDERSON

Tradução:
Amadeu António

Grok

VIDA ENTRE O CÉU E A TERRA

GEORGE ANDERSON

Copyright © 2016 por George Anderson e Andrew Barone

Todos os direitos reservados.

Publicado nos Estados Unidos pela Harmony Books, um selo da Crown Publishing Group, uma divisão da Penguin Random House LLC, Nova Iorque. crownpublishing.com

Índice

Dedicatória
Prólogo: As Portas do Céu e da Terra Capítulo
1: A Revelação Capítulo
2: Vou Ficar Onde Sou Eu Capítulo
3: Um Bom Ator Capítulo
4: O Bom Samaritano Capítulo
5: Devia Ter Sabido Mais Capítulo
6: A Fada Madrinha Capítulo
7: Bom Remédio Capítulo
8: Estás Aqui Capítulo
9: Uma Vez Antes de Partir Epílogo: A Roda da Vida

Este livro é dedicado à memória de Theresa Runyon — tia, mentora e amiga. —

GEORGE ANDERSON

Este livro é também dedicado, com amor e gratidão, a Chelsea Richard, o meu anjo no céu, e a Brian Rothschild, o meu anjo na terra. — ANDREW BARONE

PRÓLOGO AS PORTAS DO CÉU E DA TERRA

Quem quer que tenha inventado a expressão «Não há nada de novo debaixo do sol» nunca se encontrou com as almas do além. Também é pouco provável que essa pessoa tenha beneficiado de alguma forma tangível do ponto de vista extraordinário que só acessível às almas. Todos os dias, quando o sol nasce, as almas têm as mãos e o coração no nosso mundo — ajudam a moldar as circunstâncias das nossas vidas e mostram-nos formas novas e únicas de compreender tanto o nosso mundo como o delas. Depois de quase cinquenta anos como médium e de quase uma vida inteira a ouvir as almas falarem das vicissitudes do céu e da terra, continuo a aprender que, quando se trata do mundo do além, haverá sempre algo de novo debaixo do sol.

Este livro é algo um pouco diferente para nós e, decididamente, algo novo na minha comunicação que mantenho com o mundo do além. É a história de algumas das circunstâncias mais singulares de viver e morrer na terra, e de como as almas conseguem mudar as nossas vidas e experiências de uma forma que trará a melhor resolução possível das lições da nossa vida — mesmo naquilo que podem parecer circunstâncias bastante impossíveis. Este é um livro sobre as almas nos seus momentos mais criativos, mais engenhosos e mais carinhosos, precisamente quando nos debatemos para encontrar um sentido na loucura das nossas vidas. Estas histórias ajudam-nos a compreender que, aconteça o que acontecer, aqui ou no além, haverá sempre um caminho para nos fazer passar pelas portas do céu e da terra, de modo a que possamos realizar, completar e vencer a nossa jornada espiritual.

Este é o ano em que decidi chegar a uma certa paz com dois factos inegáveis da minha existência na terra: sou um homem de idade avançada e, com o avanço da idade, tornei-me o meu pai. Apanho-me a dizer «No meu tempo…» e «Vocês, miúdos, não fazem ideia» como respostas automáticas a algo que me é desconhecido ou com que não consigo relacionar-me. Como os computadores. E os telemóveis. Sou agora, sem qualquer reserva, um homem que pode ser categorizado com segurança como «de outra geração», e descobri que lutar contra isso é um jogo de parvos. Mas com a idade avançada vem também alguma sabedoria. Demorei muito tempo a perceber porque acordo inexplicavelmente ao romper do dia e fico a olhar intensamente para o sol nascente, e porque

paro de repente no fim do dia para ver o sol nos seus últimos minutos brilhantes no nosso plano. A princípio pensei que parar, ficar quieto e refletir fosse um comportamento aprendido — o meu pai era famoso na família por fazer exatamente o mesmo. Mas agora que estou confortavelmente «de certa idade», começo a perceber que talvez haja um significado nestas ações. E que há segredos que nos são desconhecidos até serem revelados pelo universo, segredos que nos ensinam uma ou duas coisas sobre o nosso mundo.

Por isso, este homem de outra geração chegou a uma compreensão bastante espantosa da vida que talvez esta geração de olhos jovens, mas inquietos, não consiga ver, ou que a mente fresca, mas ocupada, não consiga entender. É uma mensagem ao mesmo tempo simples e profunda — vivemos mais intensamente quando a luz ilumina pela primeira vez as nossas vidas, e aprendemos mais nos instantes de crepúsculo, quando nos agarramos aos últimos momentos de luz que se desvanece.

Venha o céu ou a terra, venha a vida aqui ou a vida no além, a nossa é uma existência vivida inteiramente entre duas portas.

Desde muito novo que me foi dado um vislumbre dos portais que existem entre o nosso mundo e o seguinte, pelas almas que me procuraram depois de uma doença infantil quase me ter tirado a vida. Aos seis anos, depois de apanhar varicela, desenvolvi rapidamente um caso quase fatal de encefalomielite — inchaço do cérebro. Embora tenha recuperado, perdi o uso das pernas durante cerca de três meses e tive de aprender a gatinhar pela casa quando não estava confinado à cama pela minha mãe católica irlandesa, que acreditava, até ao dia em que morreu, que a sua fé inabalável e inquebrantável me impediu de morrer.

Mas o que ela não esperava que essa fé inabalável fizesse a seguir era que uma parte do meu cérebro danificado se reparasse em excesso, a ponto de se tornar uma espécie de rádio de ondas curtas, permitindo que as almas comunicassem comigo.

Enquanto aprendia a andar de novo, comecei a ver imagens e a ouvir vozes. Algumas traziam uma certa sensação de familiaridade — parentes —, mas na sua maioria as vozes e as imagens pertenciam a pessoas que eu não conhecia. A visitante mais frequente era a figura de uma mulher a que chamei «Senhora dos Lilases» por causa das suas vestes cor de lilás, e que

mais tarde vim a compreender ser Santa Joana d'Arc. Ainda rapariga no século XIII, Jeanne d'Arc, como era conhecida, recebeu visões do Arcanjo Miguel e usou a sua capacidade de comunicar com as almas para ajudar Carlos VII e a França a vencerem a dominação inglesa. Mas, apesar da sua jornada divina, acabou por ser condenada por uma série de crimes por um bispo francês que ainda mantinha lealdade inglesa. Foi condenada a ser queimada na fogueira aos dezanove anos.

A Joana (e tenho a certeza de que ela me perdoará a informalidade, já somos amigos há uns cinquenta e cinco anos) era, tal como eu, a filha mais nova da família e, também como eu, começou a ouvir vozes e a ver figuras muito cedo. Quando cresci, descobri, tal como ela, o quanto ver e ouvir as almas podia ser uma responsabilidade para alguém tão jovem. Tal como a Joana, fui perseguido por quem me rodeava e também considerado louco. Mas sei que, mesmo depois de me ter ajudado a salvar da doença fatal, ela voltou a intervir e salvou-me novamente a vida.

Por volta da mesma idade em que a Joana encontrou a morte, eu estava a ser levado para o já extinto Pilgrim State Hospital, um hospital psiquiátrico em Long Island, onde os médicos me diagnosticaram esquizofrenia. Só pela bondade de um médico e pelo encorajamento e influência extraordinária da Joana é que não fiquei a apodrecer naquele lugar. De muitas formas, acredito que a Joana me escolheu como aliado e tem sido uma presença constante na minha vida porque partilhamos o mesmo ideal — que a comunicação com as almas não é um dom, mas uma capacidade que nos foi dada, um compromisso de vida e uma responsabilidade para com o mundo da Luz, que devemos usar da melhor forma possível para ajudar a trazer paz e compreensão ao mundo.

Compreendo que o trabalho da minha vida como médium é uma ferramenta que devo usar para levar mensagens de conforto, esperança e paz às pessoas deste plano que lutam para compreender, que precisam de aprender e que precisam de encontrar esperança. Consegui crescer e passar de período para período na minha vida — da curiosidade natural pela minha capacidade à hostilidade absoluta em relação a ela por causa do medo, depois à compreensão da minha vocação como comunicador das almas, e finalmente a estes anos de compreensão mais clara sobre as almas e as suas mensagens. E as almas usam-me como instrumento para comunicar as suas mensagens incríveis por uma razão muito boa: querem

inspirar cada um de nós de formas suficientes para que possamos depois, enriquecidos pelo seu conhecimento, inspirar o mundo.

Com o passar dos anos, verifico que as almas estão a revelar mais informações sobre as questões complexas questões que enfrentamos no nosso mundo e algumas das circunstâncias mais delicadas com que se deparam no delas. Oiço cada vez mais nas sessões que, ao contrário do que possamos pensar, não há realmente absolutos na vida, nem aqui nem no além — as coisas mudam, as pessoas mudam, as circunstâncias mudam, e até as almas mudam com o seu próprio crescimento espiritual, com as nossas orações e com a comunicação de e para a terra.

À medida que confiaram mais em mim, contaram-me mais. E à medida que cresci, também cresceram as perceções que as almas podem oferecer — passaram a reconhecer que a vida por vezes nos tira o ânimo das crenças mais frágeis, e que a nossa existência nem sempre é tão preto no branco, sendo antes uma série de diferentes graus de luz. É aqui que as almas têm «vivido» ultimamente na minha perspetiva e no meu próprio crescimento como médium — parecem agora, mais do que em qualquer outro momento da minha vida, querer contar-nos mais sobre o seu mundo extraordinário para que possamos compreender melhor o nosso.

Vivemos e morremos por vezes nas circunstâncias mais absurdas. Nem sempre podemos esperar que as coisas fiquem arrumadas tão direitinho como acreditamos que deveriam ficar quando a história termina. Situações invulgares que surgem na nossa jornada — e para além dela — exigem soluções criativas, ponderadas e por vezes também invulgares. Alguns caminhos para a paz podem precisar de um pouco mais de navegação do que outros. Algumas lutas na vida podem precisar de atenção especial. Algumas resoluções, tanto aqui como no além, podem levar tempo, engenho e paciência. Se estás surpreendido por afinal não ser tudo tão arrumadinho como pensavas, então junta-te ao clube — a mim levaram-me mais de sessenta anos de vida a compreender isso.

Mas a essência da história do nosso mundo, da nossa vida e do nosso universo é esta: é móvel, e por vezes o universo precisa de se mover connosco para trazer paz e resolução às nossas vidas e ao nosso mundo. Será isto algo novo? Não creio. O que te posso dizer é que, para mim, é novidade e uma verdadeira evolução de pensamento e de aprendizagem. É aqui que me encontro com as almas e é por isso que, com o empurrãozinho

delas, escrevemos outro livro. As almas precisam que escutemos com atenção o que têm para dizer. Querem contar-nos o que aprenderam sobre o nosso mundo agora que o podem ver em todas as dimensões e com perfeita clareza. Sabem que as nossas vidas são complicadas e que a jornada nem sempre é fácil. Mas também sabem que resoluções felizes para as complexidades da vida, mesmo as que desafiam qualquer explicação, não só são possíveis — podem ser absolutamente espantosas.

Depois de tantos anos a ouvir as almas e décadas a escutar histórias de vida tanto aqui como no além, posso dizer-te sem qualquer reserva que há uma resposta para cada pergunta, uma solução para cada problema e uma conclusão para tudo o que ficou por terminar nas nossas vidas. A forma como isso acontece, no entanto, é o que torna o mundo das almas tão extraordinário. As almas conseguem tornar perfeita qualquer circunstância num mundo que por vezes parece estar à beira do caos total.

Mas parece que só ultimamente começaram a confiar que nós conseguimos compreender que mesmo no mundo delas a perfeição é relativa. Às vezes precisa de um pequeno ajuste. E parece ser este o momento das nossas vidas em que elas querem que saibamos isso. As almas têm falado com absoluta honestidade sobre como é possível alcançar resoluções perfeitas, mesmo em vidas e circunstâncias imperfeitas. E, mais uma vez, através das histórias de pessoas comuns que tiveram experiências extraordinárias na vida e na morte, conseguem demonstrar a beleza deste conceito de forma espetacular.

À medida que as almas comunicam mais sobre as suas vidas, compreendo com mais clareza que toda a nossa existência aqui se situa no centro de uma roda de portas. Desde muito cedo na minha carreira que sei da importância das portas em relação às almas e às nossas vidas — elas falaram do portal que leva do mundo delas para o nosso quando a nossa jornada na terra começa, e do portal que se abre e nos acolhe de volta quando chega a nossa hora de partir da terra.

Mas entre estes portais há portas que se abrem para dentro para permitir que pessoas e circunstâncias entrem nas nossas vidas, e portas que se abrem para fora para permitir que as pessoas saiam e sigam o seu próprio destino. Há portas por onde podemos passar inesperadamente e portas pelas quais o destino nos empurrará para nosso próprio bem. Embora

cada uma seja diferente e algumas sejam desafiantes, todas acabam por levar à paz, à alegria e à compreensão do mundo do além.

A referência a passar de uma divisão para outra que as almas usam tão frequentemente para descrever o movimento entre o nosso mundo e o delas é uma alegoria importante. Querem que compreendamos que nada é estático na vida, nem aqui nem no além, e que temos de permitir que as portas se abram e fechem nos momentos em que têm de o fazer. Mas nos últimos anos as almas também têm tentado alargar a nossa compreensão mostrando nas sessões como estas portas também se deslocam e movem por nós quando necessário.

Basta esperarmos e permitirmos que a porta certa nos encontre. Na prática, as portas da nossa existência movem-se à nossa volta, como se estivessem numa roda, até que a circunstância de vida pretendida se apresente. Se a porta parar à nossa frente, temos de atravessá-la — foi feita para nós, por mais aleatória que essa escolha pareça no momento. Há um plano estabelecido e, para nos mantermos em movimento em direção ao cumprimento do nosso destino, as portas continuarão a mover-se até que a certa nos guie pela jornada das nossas vidas.

A revelação mais significativa para mim no meu trabalho nos últimos tempos tem sido a compreensão de que, nesta roda de portas, segundo as almas, existe uma porta coringa — uma outra porta — que uma circunstância invulgar ou complicada torna necessária, para lhes permitir mudar o rumo da nossa jornada. Não é muito comum, mas quando acontece é por uma razão muito importante — as almas precisam de uma forma de nos ajudar a voltar ao caminho certo para que possamos completar a história da nossa vida.

As almas sabem que por vezes a vida se desvia do caminho previsto. Sabem que, quando as coisas correm mal, algo extraordinário terá de acontecer para nos colocar de novo onde precisamos de estar para completar a nossa jornada espiritual. Finais felizes podem sempre ser encontrados no mundo do além, embora por vezes o método para nos levar ao nosso lugar de paz seja um pouco invulgar.

As histórias deste livro representam momentos, tanto na terra como no além, em que circunstâncias invulgares tornam necessário encontrar um caminho alternativo — que outra porta se abra. As histórias são cativantes e

até um pouco surpreendentes, mas mostram como nada é impossível na nossa vida entre o céu e a terra. Tal como somos únicos neste mundo, também o é a jornada em que estamos e a resolução que criaremos a partir de tudo o que enfrentamos nas nossas vidas. A razão para a curva no caminho acabará por se revelar. Ajudará a resolver a luta para encontrar perspetiva naquilo que por vezes pode parecer o caos de uma vida não resolvida, de uma jornada mal compreendida ou de uma lição de vida não valorizada. Por outras palavras, com o tempo, o imperfeito torna-se perfeito com um pouco de ajuda do além.

As pessoas cujas histórias e sessões aparecem neste livro são reais — vivem na terra e no além e, exceto quando os nomes foram alterados para respeitar a sua privacidade, nada nas suas histórias foi modificado. Algumas são difíceis de imaginar e outras partem o coração ao ler, mas todas são belas — são lembretes comoventes da força da alma humana e contam a história mais precisa até hoje das formas espantosas como o nosso universo se pode acomodar, deslocar, mover e transformar no que for preciso para atingirmos resolução e paz no além.

Nas sessões, eu tratava de falar com as almas e não sabia as circunstâncias nem quem estaria presente até ao momento em que a sessão começava. O meu coautor, Andrew, trabalhava com os clientes independentemente das sessões para conhecer os motivos que os levavam a assistir, e para registar as suas histórias e as dos seus entes queridos. Só voltámos a reunir-nos quando todas as sessões estavam concluídas, para que nenhum de nós tivesse conhecimento do trabalho do outro. Neste livro, as histórias dos clientes são seguidas das sessões.

É com profunda gratidão a cada uma destas famílias corajosas e generosas que conseguimos apresentar mais uma faceta do que consideramos um diamante perfeito: a graça e a paz do mundo do além. Esperamos que encontres perceção e inspiração nas palavras tanto das famílias como das almas. As almas sabiam, na altura, que não estavam apenas a falar comigo, mas com todos nós. Estavam ansiosas por que nós, na terra, aprendêssemos, compreendêssemos e crescêssemos em conforto e paz, tal como elas próprias o fazem.

Como sempre, depois de mais de meio século de comunicação, estou grato às almas pela sua bondade, pela sua capacidade de nos educar e por inspirarem cada um de nós a continuar a aprender e a crescer até as

voltarmos a ver no seu mundo maravilhoso. Esperamos sinceramente que sintas o mesmo.

1

A REVELAÇÃO PEGGY E DENNIS O'CONNOR

Apenas alguns minutos antes de nos encontrarmos, disseram-me que os participantes desta sessão eram Elaine e Joe Stillwell. Foi uma agradável surpresa, pois não os via há alguns anos. Ia ser bom pôr a conversa em dia, pensei.

Quando me levantei para ir à porta da sala de reuniões cumprimentá-los antes da hora marcada, os meus pensamentos foram imediatamente para as cadeiras — cadeirões de couro confortáveis, giratórios, nos quais consigo (e já consegui) estar sentado horas a fio. Sabia que Elaine e Joe iam adorar as cadeiras. Muitas coisas tinham mudado ao longo dos anos desde que comecei a trabalhar a sério a partir de minha casa em Deer Park, Long Island, depois de arriscar e ter deixado o emprego como telefonista na New York Telephone Company, incluindo o mobiliário. Há mais de trinta anos, Elaine e Joe tinham vindo a uma sessão de grupo pequeno realizada em minha casa.

O dinheiro era pouco, por isso tudo era o mais básico possível. A sala onde fazia as sessões não tinha mobiliário, exceto um quadro com uma impressão de um saveiro (que os antigos donos da casa tinham deixado pendurado para não terem de pintar a parede que tinha desbotado à volta dele), um candeeiro de mesa que emitia um clarão horrível, e a cadeira velha e gasta onde eu me sentava. Os meus clientes sentavam-se em cadeiras dobráveis emprestadas, por vezes durante horas, para ouvir os seus entes queridos e voltar a ligar-se às almas que tinham perdido. Os cadeirões de couro eram, sem dúvida, uma grande melhoria.

No nosso primeiro encontro, há mais de trinta anos, percebi que já «conhecia» Elaine e Joe, sem nunca os ter encontrado antes. Lembrei-me de ter lido no jornal sobre um terrível acidente em que dois jovens, irmão e irmã, perderam a vida. Voltavam de um concerto no Jones Beach Theater quando tentaram atravessar uma pequena ponte levadiça. Devem não ter percebido que a única luz intermitente naquela estrada escura significava que a ponte estava a subir. O carro deles embateu na parte da ponte que

subia, matando um dos irmãos. O outro, que ficou gravemente ferido, morreu quatro dias depois no hospital.

A história tocou-me profundamente porque eu conhecia bem a zona onde eles morreram. De dia, é uma estrada lindíssima, banhada pelo sol, entre dunas e vistas magníficas sobre a água. Mas à noite, aquele percurso tão bonito transforma-se num labirinto intimidante de troços escuros e curvas repentinas numa autoestrada mal iluminada. Sempre me surpreendeu-me que não houvesse mais tragédias naquela zona tão deserta durante a noite.

Os irmãos eram filhos do primeiro casamento de Elaine. As almas identificaram-se na sessão como Denis e Margaret, nome formal que a jovem logo mudou para Peggy. Falaram da proximidade entre eles e de uma amizade invulgarmente profunda amizade entre irmão e irmã. Insistiram que, embora a ponte estivesse mal iluminada e o sinal da ponte levadiça quase impossível de ver, o acidente não tinha sido culpa de ninguém.

Mas depois, Denis, o mais velho dos dois, disse algo extraordinário que me fez sentou direito na cadeira. Contou-nos que Peggy tinha morrido instantaneamente no acidente, mas ele tinha resistido. Explicou que, enquanto estava em coma, Peggy apareceu-lhe para lhe dizer que já tinha partido, que ia à frente dele para o além. Denis, com medo não só de nunca conseguir viver com a dor de perder a irmã, mas também de ter de carregar a responsabilidade pela morte dela, decidiu que queria ir com ela. Depois de se agarrar à vida durante três dias, Denis partiu, seguindo a irmã para um mundo de alegria.

Eu era jovem na altura, ainda na casa dos trinta, e foi a primeira vez em centenas de sessões que alguma alma se atreveu a dizer-me que tinha tido escolha: ficar na terra ou seguir para o além. Levei um segundo a assimilar o que estava a ser dito. Embora as almas me tivessem dito muitas vezes que há um dia e uma hora em que partimos, por vezes é possível reescrever o guião, dobrar as regras, mudar literalmente aquilo que me tinham ensinado ser uma viagem só de ida.

No passado, as almas tinham sido muito firmes nesse ponto. Vivemos, partimos, continuamos em frente para o além num dia e hora específicos. Tudo parecia tão arrumadinho. Mas esta nova informação gerou mais

perguntas do que respostas, sobretudo para mim. Será que consertar o que o azar parece ter estragado é algo que as almas conseguem fazer? E a jornada de vida? Não estava esse plano gravado em nós mesmo antes de nascermos? Foi simples, explicou-me Denis. Não estavam a reescrever as suas vidas, estavam apenas a deslocar um pouco os postes da baliza para trazerem paz um ao outro, ao mesmo tempo que continuavam a oferecer a lição de vida àqueles que ficaram na terra.

Quase pensei que esta informação seria demais para Elaine suportar. Pensei que ela ia gritar perante a injustiça de perder dois filhos só porque era mais fácil para Denis seguir esse caminho. Olhei para os seus olhos doces e só vi paz. Ela sabia. Como mãe, sabia que tinha sido como tinha de ser. Depois disse-me que aquele era o jeito do Denis e que, embora doesse saber que a vida dele poderia ter sido poupada, compreendia a decisão dele de seguir com a irmã e amava-o ainda mais por isso.

Assim descobri que a escolha é um coringa e que as circunstâncias aparentemente se podem mover quando as almas precisam que isso aconteça. Para mim, era novidade e uma ruga nos meus pensamentos. As almas costumavam ser muito diretas quanto ao porquê de vivermos, morrermos e o que devemos aprender em ambas as situações. Mas isto tornou-se um dos vários asteriscos na narrativa delas, um conceito novo: que as almas, por causa das nossas necessidades ou das delas, podem mudar a jornada para nós aqui ou mudar a resolução para nós no além simplesmente porque está em jogo um bem maior. Foi uma verdadeira experiência de aprendizagem para mim e para os Stillwell, e algo que nos ajudou a criar laços de amizade durante muitos anos.

Quando começámos a escrever este livro, tentei lembrar-me dos momentos em que as circunstâncias das sessões foram algo extraordinárias e desafiaram o que tínhamos aprendido ou nos tinham dito sobre a vida aqui e no além. Esta foi a primeira vez que percebi que, entre estes mundos, tudo é possível para que as almas vivenciem o que precisam, de modo a poderem prosseguir na sua própria jornada de vida; e tudo é possível quando lidamos com a interface entre o nosso mundo e o delas.

Tinham passado cerca de trinta anos desde que conhecera os Stillwell pela primeira vez e ouvira a revelação incrível de Denis. Achámos que seria interessante voltar a trazer Denis e Peggy e ver se a avaliação original que eles fizeram das suas vidas e da sua jornada se mantinha, e se, talvez,

teriam agora alguns matizes para partilhar connosco. Para mim, a sessão que se segue mostra o quanto eles tinham evoluído no crescimento das suas próprias almas e também o quanto continuavam a influenciar o crescimento de Elaine e Joe aqui na terra.

Esta é a história de Elaine e Joe, contada pelas suas próprias palavras:

Uma viagem incrível abriu-se para mim depois das mortes trágicas e súbitas dos meus dois filhos mais velhos, Denis, de vinte e um anos, e Peggy, de dezanove, num acidente de carro numa noite chuvosa de verão, a 2 de agosto de 1986. Peggy morreu instantaneamente e Denis morreu quatro dias depois, na sequência de uma cirurgia ao cérebro, no dia a seguir a termos enterrado Peggy. Mesmo no meu estado de choque, lutando contra o cansaço e a agonia absolutos que invadiam o meu corpo, estava consumida por uma energia apaixonada de gritar ao mundo o quanto amava aquelas crianças.

Coloquei todo o meu coração e alma a preparar os seus funerais e a escrever os elogios fúnebres com toda a força que conseguia reunir, pensando que aquele seria o meu último presente de amor para eles. Quando o último convidado e todos os que nos tinham apoiado saíram depois do funeral de Denis, o meu marido, Joe (padrasto dos meus filhos), e eu ficámos ali sentados na sala, a olhar um para o outro, pensando: Para onde vamos agora?

Como nos levantamos de manhã? Como nos sentamos à mesa com duas cadeiras vazias, que em breve serão três quando a minha filha que resta, Annie, for para o primeiro ano da universidade? Como suportamos o silêncio absoluto em casa depois de vivermos com o barulho constante de telefonemas, aparelhagens e conversa? Como voltamos a enfrentar o mundo? Eram pensamentos assustadores, avassaladores, quase paralisantes naqueles primeiros instantes escuros de uma dor inimaginável. Não tinha ideia nem plano de como sobreviver, mas, sem eu saber, Deus tinha.

Peggy e Denis tinham apenas um ano e meio de diferença de idade e estavam apenas um ano de diferença na escola. Desde o parque infantil que estavam sempre juntos e partilhavam os mesmos amigos do bairro e da escola, tornando-se o «Duo Inseparável». Denis, o primogénito, o irmão mais velho, o único filho varão, com o nome do pai e do avô, cabelo loiro encaracolado, olhos verdes penetrantes, nariz queimado do sol e sorriso

contagiante; ele criou o seu próprio molde. Estudos sociais, história, Guerra Civil, Alemanha, literatura inglesa, cozinha e concertos eram os seus interesses especiais. Pesca, surf, esqui e campismo alimentavam o seu amor pela natureza. Natação, futebol, basebol e lacrosse enchiam a sua vida com aquele espírito competitivo.

Mas a música era o seu espírito! Tinha um encanto que conquistava todas as idades, um sentido de humor que te entretinha durante horas, um sorriso impossível de esquecer e um amor pela vida que te fazia sentir como era maravilhoso ser jovem. Pertencia à irmandade dos nadadores-salvadores desde os dezasseis anos, arriscando a vida por outros todos os dias. E este dar-se a si próprio ficou evidente no seu último ato de vida: a doação dos órgãos para salvar ou melhorar a vida de outros. Os amigos eram a sua âncora, Samantha era o seu amor, Peggy era a sua companheira e Annie era aquela que ele adorava provocar.

Denis adorava a vida, estar sempre em movimento, viajar, encontrar-se com amigos, conversar até altas horas. Era fã incondicional de quinielas de futebol, dos Mets, dos Islanders, de Notre Dame e do cavalo «My Boy Dennis». Camisas de surf, chapéus malucos e óculos de sol eram a sua imagem de marca. Estava rodeado de tacos de golfe, sticks de lacrosse, cassetes e discos, e tudo o mais que conseguisse enfiar no carro.

Depois de terminar o liceu, tirou um ano extra para se aplicar a sério, voltar aos eixos e dedicar-se aos estudos. Após se licenciar no Nassau Community College, estava entusiasmado e ansioso por ir para a Northeastern University em Boston poucas semanas depois, para se especializar em Relações Internacionais e seguir o programa de estudo-trabalho deles, «no plano dos oito anos», como ele dizia. Depois do acidente pensámos honestamente que ele se ia recuperar da cirurgia ao cérebro a tempo de lá estar pouco depois do início do semestre, mas não foi o que aconteceu.

Peggy era um espírito livre e lindo que gostava de roupas coloridas, brincos compridos e malas grandes. Saboreava mesmo a vida e adorava ser irlandesa. Música e ritmo faziam parte da sua vitalidade. Expressar os seus pensamentos oralmente ou por escrito era o seu forte, e escolher o cartão perfeito para te enviar era a sua especialidade. Tinha um jeito para expressar exatamente o que sentia de forma concisa e humorística que te

conquistava. Desabafava com Denis, partilhava a alma com Annie e mimava o nosso cão, Mickey, que era a sua sombra.

Peggy adorava festas, ficar acordada até tarde, cozinhar, fazer compras, celebrações, Natal, balões, papel crepe e tradição. Era leal até ao tutano e tinha um sentido inato de justiça. Era uma boa amiga. Tomou a sua quota-parte de decisões erradas, mas sabia sempre dizer «Desculpa lá». Testou as regras, afetada pelos longos problemas de saúde do pai e pelo divórcio dos pais, mas sobreviveu à «síndrome adolescente» de uma só peça. Frequentar a Universidade de Dayton, morar no «Gueto» lá, pertencer à irmandade Lambda Nu e decidir tirar psicologia eram alegrias para ela.

Quer fosse a tomar conta de crianças, a passear cães, a trabalhar no A&P, na Nassau Beach ou no Departamento de Liberdade Condicional do Condado de Nassau, ou simplesmente a ser tua amiga, ela brincava, ria e fazia-te sentir a felicidade que tinha na alma. As pessoas rendiam-se aos olhos verdes cintilantes de «Peggy O'», ao seu sorriso malicioso, à famosa covinha no queixo (diabo por dentro) e àquelas sardas inesquecíveis! Nenhum de nós esquecerá jamais o seu espírito sensível, frágil, belo e amoroso que enriqueceu as nossas vidas.

Quando Peggy morreu, consolei-me imediatamente acreditando que estava no céu com a minha mãe, em cuja homenagem tinha o nome. Saber que Peggy não estava sozinha e que a minha mãe a recebera com entusiasmo aqueceu-me o coração. Quando Denis morreu, soube que ambos ficariam radiantes por se reencontrarem, e essa ideia deu-me mesmo força para suportar a dupla perda.

Mesmo na minha dor, sentindo tanto a falta deles e rodeada pelos seus objetos, soube logo que queria que os meus filhos se orgulhassem de mim como mãe, que vivia a vida e não me escondia debaixo dos lençóis. Queria usar aquele amor especial que tinha por eles, espalhá-lo pelo mundo e não desperdiçá-lo. Queria que fossem lembrados para sempre, não apagados da memória, mas não fazia ideia de como isso iria acontecer, de como acabariam por ser conhecidos de costa a costa.

Nos primeiros dias de luto funcionava como se estivesse em piloto automático, grata pelo meu emprego de professora do terceiro ano. Regressei ao trabalho três semanas depois de enterrar dois filhos porque era o início do ano letivo e tinhas de lá estar para impor as regras e os objetivos

para que a turma fosse «tua». Deu-me motivação para me levantar de manhã, estrutura para o meu dia interminável e crianças e colegas amorosos que me mantinham acarinhada, ocupada e necessária. Miúdos de oito anos não te deixam parar um segundo.

Punha um pé à frente do outro todas as manhãs e esforçava-me tanto para que Peggy e Denis se orgulhassem de mim por querer e tentar ter novamente uma vida com significado. Quando não dei trabalhos de casa no aniversário de Denis, as crianças gritaram todas: «Adoramos o Denis!» Como é que se bate isso? Regressar ao trabalho foi uma grande porta que abri.

Com o passar dos meses, os livros que lia davam-me força, pois procurava ansiosamente respostas para a minha dor. Saber que outros tinham sobrevivido à morte de filhos deu-me inspiração e alento para a viagem para fora do Vale da Sombra, como lhe chamavam. Quando todos os livros que lia mencionavam o valor dos The Compassionate Friends, uma organização nacional para pais enlutados, quis logo encontrar um grupo perto de casa, mas não havia nenhum.

Por isso perguntei ao meu marido, Joe, se juntos podíamos criar um capítulo local na nossa terra. Catorze meses depois, em 1987, apoiando-nos um no outro, fundámos o capítulo de Rockville Centre dos The Compassionate Friends (TFC). A nossa primeira reunião foi a 9 de outubro, que calhou ser o dia de São Denis. Achas que foi sinal? Eu acho que sim. Definitivamente outra porta.

Agora sei o que estás a pensar: como é que uma mãe recém-enlutada conseguia liderar um grupo de apoio ao luto? E tens razão. Era o cego a guiar o cego. Joe e eu tínhamos tanto para aprender como todas as pessoas que entravam pela porta. Então o que fizemos? Encomendámos uma pilha de cassetes áudio do escritório nacional do TCF e passávamo-las num gravador grande enquanto todos escutávamos com atenção a mensagem.

As cassetes abordavam vários temas: raiva, culpa, comunicação com o cônjuge, lidar com feriados, aniversários e datas especiais, suicídio, morte súbita, e mais. Depois de ouvir uma cassete, usava as minhas competências de professora para conduzir uma discussão sobre o tema da noite. Aprendemos todos juntos a sobreviver. E o melhor de tudo: criaram-se amizades para a vida.

Os meus anos de discurso e debate no liceu e na universidade e três décadas a ensinar prepararam-me para partilhar a minha história com os mais variados públicos, que praticamente decoravam o que eu lhes contava. Criávamos laços. Sabiam que eu lá tinha estado e que compreendia a sua dor — não era apenas teoria de livros que eu pregava. Fui convidada a falar em cursos universitários, igrejas, seminários e conferências, e participei também em alguns programas de George Anderson, onde falava antes de ele aparecer para fazer as leituras nos seminários.

Foi assim que nasceram as minhas cassetes vídeo (que depois se tornaram DVDs), Helping Your Heart Through Grief, Volumes I & II. Foram enviadas por todo o país a pais recém-enlutados — incluindo famílias que perderam um filho no Iraque ou no Afeganistão — pela minha querida amiga do Kentucky, Rosemary Smith, outra mãe enlutada que conheci pelo caminho. Rosemary telefonou-me depois de perder os seus dois filhos mais velhos num acidente de carro semelhante ao que levou Denis e Peggy.

Continuámos a colaborar na organização de conferências sobre luto, ela escreveu o livro The Children of the Dome e participámos juntas no seu documentário para pais enlutados, Space Between Breaths. Uma coisa levou à outra, com muitas portas a abrirem-se para levar conforto e esperança a muitas vidas.

Em 1995 reformei-me do ensino básico e planeava escrever livros infantis com o meu cão Mickey, tão amado por todas as crianças que ensinei ao longo dos anos. Elas deliciavam-se a escrever ou desenhar as últimas travessuras dele para os nossos «Concursos Mickey». Pouco depois, fui convidada a ser a primeira coordenadora de apoio ao luto da Diocese de Rockville Centre, Nova Iorque.

Não queria que mais ninguém sentisse a dor que eu senti quando não havia ajuda disponível para superar a perda, não havia grupos de apoio nem chamadas ou visitas de acompanhamento do clero paroquial depois de dois belos funerais numa só semana (a falta de acompanhamento após o funeral é a segunda queixa mais comum de todas as pessoas enlutadas, de todas as fés). Este convite foi a realização de um sonho, uma missão apaixonada para mim. Dei formação e enriquecimento a ministros de apoio ao luto em 134 paróquias, trabalhei de perto com hospitais e agências de

aconselhamento, organizei conferências sobre luto e respondi às perguntas dos enlutados e de quem tentava ajudá-los, abrindo mais portas para todos.

Quando as famílias perguntavam como conseguir que os filhos pequenos ou adolescentes se abrissem o coração e expressassem o que sentiam depois da morte de alguém próximo — avô, pai, mãe, irmão, amigo ou animal de estimação —, essa necessidade inspirou-me a escrever dois livros de trabalhos manuais para crianças em luto: Sweet Memories e A Forever Angel. Ser criativo e fazer coisas (sozinho ou com ajuda de um adulto) em memória do ente querido, trabalhos que depois ofereciam a outros para recordarem a sua pessoa especial, muitas vezes quebrava a parede de silêncio e fazia as crianças falar sobre quem tinha partido. Outra porta se abriu, trazendo conforto a crianças pequenas e adolescentes.

Depois do ataque de 11 de setembro de 2001 ao World Trade Center (a apenas vinte milhas da minha casa), o meu gabinete ficou inundado de famílias a precisar de ajuda. A Centering Corporation de Omaha, Nebraska, organizou e enviou-me 150 000 dólares em recursos de recursos de apoio ao luto (livros, CDs, ursinhos de peluche) para distribuir pelas muitas famílias e paróquias afetadas pela tragédia. Abri um centro de distribuição e organizei equipas de voluntários, e juntos entregámos estes materiais por toda a Long Island.

Quatro semanas depois, recebi uma chamada da ACTA Publications de Chicago a perguntar se estaria interessada em escrever um livro com o título The Death of a Child (já tinham publicado livros sobre lidar com a perda de marido, mulher ou pai). Senti que não podia deixar passar tão grande oportunidade, mas estava sobrecarregada a tentar responder às necessidades de mais de quinhentas famílias destroçadas pelo 11/09. Como arranjaria tempo para escrever um livro?

Percebendo a situação, o editor perguntou se podia voltar a ligar daqui a três meses — e, para minha alegria, ligou mesmo. Fiquei radiante, sobretudo quando o meu esboço e primeiro capítulo foram aceites e assinámos contrato para mais um «sonho tornado realidade». O primeiro exemplar, acabado de imprimir, chegou à minha porta na véspera de Natal de 2003, um verdadeiro presente do Pai Natal. Sem chaminé, apenas mais uma porta.

À medida que me estendia para ajudar famílias enlutadas, a minha vida iluminava-se e expandia-se com recompensas em «boomerang» que voavam na minha direção, trazendo novos amigos, novos interesses, atividades criativas, oportunidades entusiasmantes de escrita e muitas formas de «partilhar Peggy e Denis com o mundo».

Fiel ao lema do nosso capítulo do TCF — «Se a canção deles há de continuar, então temos nós de a cantar» —, canto bem alto e com toda a minha alma e coração. Mesmo tendo Peggy e Denis partido em 1986, continuam ainda hoje a fazer a diferença no mundo. Depois de anos a abrir porta atrás de porta, construindo a minha nova vida, acredito nas palavras antigas da professora e filósofa Hipátia de Alexandria: «A vida é um desabrochar, e quanto mais longe viajarmos mais verdade conseguiremos compreender. Compreender as coisas que estão à nossa porta é a melhor preparação para compreender as que estão para além dela.»

A SESSÃO (Nota: Em todas as sessões, George Anderson não sabia quem viria nem o motivo. Neste caso, conhecia os Stillwell, mas não sabia em que circunstâncias vinham fazer a sessão.)

«Bem, vamos começar. Não leiam nas entrelinhas nisto… (para Joe) uma mulher dá um passo em frente e diz que é a mãe, e mostra preocupação com a tua saúde. Quer dizer, olá, nenhum de nós está a ficar mais novo, e envelhecer é uma chatice. Mas ela não está a prever que vá acontecer algo terrível… parece só preocupada porque tu podes estar a ser teimoso quanto a isso. E não há mal nenhum em ir fazer uns exames. Os vossos dois jovens vêm para a frente.

Em todas as sessões que fiz, não sei se alguma vez os ouvi dizer isto, mas dizem-me que tudo o que acontece faz parte de uma experiência imensa. Hmm. Segundo o vosso filho, nós escolhemos o que fazemos nesta vida. E vocês tinham de passar pela experiência da perda — caso contrário não teriam conseguido relacionar-se de forma tão profunda. E também a vossa filha fala sobre a partida — que o vosso filho ainda estava numa zona de decisão na altura. Mas depois de ela partir, ele admite que quis — não para vos ser insensível, mas diz que quis ir com ela.»

«Está bem.»

«Ele diz que não teria conseguido sobreviver e ter de lidar com a mentalidade "eu sobrevivi, ela não", porque aqui é muito mais difícil lidar

com isso. Lá, não é assim. Os dois estão juntos. Não são só irmão e irmã, são grandes amigos. Almas gémeas nesse sentido. É engraçado — ele até menciona que noutra vida foram marido e mulher. Parece que isso surge muito com almas gémeas e as suas outras ligações em vidas passadas.

Mas parece que todos vocês, como família — antes mesmo de virem para cá —, se sentaram e decidiram qual ia ser a vossa experiência na Terra. Como os vossos filhos dizem, isto não vos aconteceu porque alguém lá em cima teve um mau dia — vocês decidiram "vamos fazer isto" e cada um tinha o seu papel. Isto é interessante — não sei se eles já vos tinham dito isto antes, mas vocês tiveram claramente a parte mais difícil. E nem precisam que eles vos digam isso.

Nada a ver com religião, mas vejo Santa Teresa por cima da vossa cabeça, trazendo as virtudes da força, da fé e da resistência. Ela acreditava que tudo é uma graça. Portanto, para vocês poderem fazer o trabalho que fazem com pais enlutados, tinham de seguir o caminho deles — tinham de o viver. Caso contrário estariam mal equipados para a vossa jornada aqui. O vosso filho diz, de forma simpática, que caso contrário estariam basicamente a falar pelo cu.»

(Riem-se.) «É mesmo ele.»

«Tudo o que acontece nas nossas vidas é uma graça e tem um propósito. Certamente um professor de história que viveu um pouco dela vai ser mais entusiasta do que alguém que não viveu. Mas, mais uma vez — as vossas vidas correram paralelas às dos vossos filhos durante o tempo que correram, e depois tudo aconteceu como tinha de acontecer. Os vossos filhos dizem que sabem que vocês preferiam tê-los de volta. Preferiam não estar a passar por isto.

O vosso filho mostra-me um carrossel — é como se andasse sempre em círculos. Mas tudo isto foi decidido e tinha de ser cumprido nesta vida. E está a ser cumprido, porque uma coisa que ambos afirmam é que admiram a vossa perseverança e resistência. E vocês podem pensar que não têm escolha, mas eles dizem que é a forma correta de ver as coisas — neste aspeto, esta foi a vossa jornada espiritual, e era aquilo por que tinham de passar. Estão a ser realistas.»

«Sim.»

«Interessante — ambos vos agradecem (para Joe) por terem sido um grande sistema de apoio. Também tu tiveste um papel nisto. Tinhas de aparecer na história por uma razão, e toda a gente aqui tem um propósito. Agora sei que já foste casado antes… e até isso tinha de acontecer. Dizem — é engraçado, continuo a chamar-lhes os vossos jovens, mas vocês percebem —, mesmo no casamento anterior não falhaste. Eles já descobriram lá no além que na Terra não existe falhanço. É uma ilusão que não existe. Foi só uma coisa que criámos aqui. No teu primeiro casamento passaste por maus bocados.»

«Sim.»

«Houve muita coisa desagradável. Sabem que te desdobraste em quatro para tentar que tudo corresse bem. Mas é porque nos ensinam aqui que se fizermos a, b e c, podemos esperar x, y e z. Mas nem sempre funciona assim. Ambos os vossos filhos sabem que agora estás muito mais feliz.»

«Sim.»

«Mas o principal é que tinhas de passar por isso. E eles tinham de passar pelo que passaram. Uma coisa que me dizem… obviamente és uma pessoa muito sensível, e dizem-me que tiveste os teus momentos de pensamentos pesados. Mas o teu filho diz-me que é uma espécie de árbitro quando isso acontece — mantém-te controlada. Dá-me a impressão de que na Terra ele conseguia ser um verdadeiro chato…»

(Riem-se.)

«…e diz que não querem que penses que lhe nasceram asas lá. Diz que conseguia ser um osso duro de roer — e arrepende-se de ter dito a coisa errada na hora errada —, mas para ele tudo isso é água passada.»

«Sim.»

«Porque mesmo quando eles partiram, começaste a pensar demais. Será um aviso? O que foi que eu fiz Todo esse pensamento errado de que talvez tenhas provocado isto… mas eles dizem que, enquanto estamos aqui, temos de viver tanto o negativo como o positivo nas pessoas que amamos — o yin e o yang. Sim, crescemos com o positivo, mas crescemos ainda mais com o negativo. E como ambos dizem — não vais estar aqui para

sempre. Não há garantia de que estejamos cá na próxima semana — nenhum de nós.»

«É verdade.»

«Não só foram casados noutra vida, como também foram irmão e irmã noutra vida. Sempre foram grandes amigos — tudo isto se estabeleceu ao longo de várias vidas. O vosso filho admite que Peggy tinha de partir. Mas ele teve de tomar uma decisão e pensou: "Vou ou não vou?" Mas quando percebeu que ela já tinha atravessado, não havia dúvida para onde ia. E a decisão dele não foi para vos dar um pontapé no rabo nem nada disso — foi simplesmente porque eram almas gémeas de muitas formas diferentes. Admite que se tivesse ficado se culparia. Ficaria assombrado pelo facto de ela ter partido e ele não. Teria sido uma cruz pesada de carregar. Não é que fosse fraco, simplesmente ainda não estava preparado para viver aquela lição. Além disso, sabia que ela ia precisar de alguém que lhe mostrasse o sítio lá.»

(Riem-se.)

«Ele tem bom sentido de humor. É engraçado. Gosto da franqueza dele — chama os bois pelos nomes.

Portanto, naturalmente os dois estão juntos e em paz, a sua parte da experiência foi cumprida, e estão muito por perto de vocês como anjos da guarda. Mas também estão muito felizes, através da experiência deles, por vos poderem contar qual foi o plano da vossa vida nesta vida. Ele diz que já foram mãe e filhos antes — que a vida é uma grande roda. Elogia-vos por estarem a cumprir o que têm de cumprir. Não é fácil. Mudavam de ideias amanhã se pudessem…»

«Sim.»

«…mas depois ele diz-me: Ou mudariam? Porque estão a fazer o que têm de fazer. E estão a honrá-los com o que fazem, ao mesmo tempo que cumprem a vossa própria jornada individual. É interessante — dizem-me também que vocês os dois já estiveram juntos antes. Não é surpresa. E, mais uma vez, não dizem isto para julgar nem para serem insensíveis, mas dizem-me que o pai deles tinha de sair de cena. Teve de lá estar durante o tempo que esteve, mas depois tinha de sair de cena. (Para Elaine) Dizem-me que ficaste um pouco além da conta nessa relação.»

«Mmm-hmm.»

«…Mas o vosso filho diz-me que muito do que nos ensinaram aqui não tem de ser assim. Dá-me um ótimo exemplo — durante anos, a minha própria mãe não ia comungar porque casou com um protestante divorciado. Um dia disse-lhe: "Reparas na quantidade de merda de cavalo que isso é?" E é mesmo — não muda a fé de ninguém. Essas coisas que nos ensinaram sobre o divórcio ser tão tabu… o vosso filho diz que ver essa atitude aqui às vezes o irrita muito — porque parecemos tão controlados. É controlado pelo poder, pelo medo, pela culpa… coisas assim para nos manter na linha. Mas ele diz que é assim que o clube sobrevive.

Um comentário de espertalhão, mas tem razão. Não diria que o vosso filho fosse muito religioso, mas era espiritual. Diz: "Onde é que as pessoas aqui arranjam lata para dizer aos outros o que Deus quer ou o que devemos fazer?" Diz que o acesso ao conhecimento do outro lado é infinito — é sem fim. E tanto disso ocupa o dia dele lá porque é fascinante. E quando nos permitimos realmente, lá, pensar e compreender, faz todo o sentido. Mas diz para darem crédito a vocês próprios porque são sobreviventes e estão a cumprir o vosso propósito aqui. Cada dia é um dia mais perto. Mas o objetivo é avançar como estão a fazer e cumprir o plano.»

«Está bem.»

«Falam de animais de estimação que partiram, e sei que perderam alguns. Um deles era mesmo o animal dos vossos filhos, sim? Porque está lá com eles. O vosso filho compara a partida dele e da Peggy a um frasco cheio de peças de puzzle que se parte e as peças voam para todo o lado. E depois o trabalho da vossa vida é, dolorosamente, voltar a juntar todas aquelas pecinhas. Ambos vos agradecem por compreenderem que um deles não conseguiria continuar a viver sem o outro aqui. Até a partida deles juntos fez parte de serem almas gémeas.

Apesar de Peggy ter partido, vocês tinham a certeza de que Denis ia safar-se. E não safou. A vida é feita de escolhas, e a ele foi-lhe dada uma oportunidade rara — queria ficar aqui ou ir? Por causa da pureza da relação deles, pode ter sido posto no momento da decisão sobre o que queria fazer. Mas mesmo [se tivesse continuado aqui] e lhe perguntassem outra vez, vocês sabem qual seria a resposta dele. Mas eles estão felizes por vocês aceitarem e verem porque foi como foi. Faz todo o sentido — porque

estavam juntos naquela noite? O palco estava montado, e eles avançaram com o papel. Se tivesse sido de outra forma, não teriam estado juntos.

Denis e o pai biológico tinham um hiato de comunicação na altura?»

«Sim.»

«Ele está a estender o ramo de oliveira lá de cima. É a forma dele de dizer que, da parte dele, está tudo resolvido. Diz-me que até durante algum tempo lá, ainda guardou um bocadinho daquele ressentimento. Mas diz que teve de aprender por si próprio que é como carregar um baú vazio às costas — não serve para nada e só pesa. O vosso filho é muito preto no branco.»

«Sim.»

«Mas o engraçado é que lá teve de aprender a controlar esse orgulho. Para ele, foi uma tremenda libertação. O orgulho, o ressentimento — simplesmente aprendeu a largar. (Para Joe) Tu conheceste-o bem antes dele partir, não foi?»

«Oh, sim.»

«Dá-me a sensação de que gosta de ti e sempre gostou. Mesmo que às vezes tenhas duvidado.» (Riem-se) «Porque diz-me que tu também consegues ser um bocado chato.»

(Ri-se) «Sabes que sim.»

«Vocês os dois — talhados pelo mesmo padrão. Mas diz que para chegar ao cimo daquela montanha simbólica lá, para alcançar a harmonia completa consigo próprio, percebe que tem de acalmar e ouvir. E realmente chega-se a compreender tudo. É muito libertador — e dizem que isso torna a pessoa pura de coração. Mostram-me as Bem-Aventuranças — Bem-aventurados os puros de coração porque verão a Deus. Eles encontram-se a si próprios e a sua harmonia.

Também falam da irmã que sobreviveu. Sabem que por vezes um irmão enlutado não sabe bem como se sentir. Pode não saber o que pensar disto tudo. Mas estão felizes por ver que ela basicamente seguiu com a vida. Os vossos filhos dizem-me que, quando olham para trás para esta dimensão, até têm uma certa satisfação por terem saído daqui. Há tantos problemas aqui. Devem pensar na partida deles como tendo dois filhos que

sabem com toda a certeza que estão num lugar seguro e feliz. Vivem num mundo perfeito.»

«Sim.»

«Falam de uma celebração de renda branca à vossa volta, e parece que estão a falar de um nascimento — mas não do tipo de nascimento que pensam. O nascimento de uma criança parece simbólico, como o nascimento de uma nova carreira ou uma nova direção. Têm falado entre vocês sobre mudar de casa?»

«Bom, estamos a ficar velhotes.»

«Pois, há muita coisa que vos prende ao sítio onde estão. Por isso, para já, eles encorajam-vos a ficar onde estão. Ninguém está a ficar mais novo, e os impostos não estão a baixar, mas há lá tanta coisa importante para vocês. Fiquem onde estão por agora. O vosso filho diz para não puxarem o alarme enquanto não for preciso. Diz que as coisas no bairro estão a mudar.»

«Não muito…»

«…Não no sentido de a zona estar a piorar, mas do facto de as pessoas que conheciam, vizinhos, começarem a morrer, as coisas começarem a mudar, caras novas — as coisas mudam para vocês. Mas são pessoas que olham por vocês. São abençoados nesse aspeto. É por isso que dizem para ficarem onde estão. O vosso filho diz que continuas a ser a cola que mantém a casa unida. Sei que estás praticamente reformada, mas em relação ao que fazes, vem aí algo novo. É aquele nascimento simbólico que põem à vossa frente. Algo, mesmo que seja por tempo limitado. E brincam que não sabem de onde arranjas tanta energia.»

(Joe) «Também não sei donde ela a tira.»

«Pois, a energia vem do facto de estares a cumprir a tua experiência aqui. Estás a cumprir o teu propósito. É a tua parte do acordo, por assim dizer. Mas gostas do que fazes.»

«Gosto.»

«E isso é uma grande lição. Eles sabem que gostas do que fazes, e há uma grande graça espiritual e benefício nisso. Dizem que ganhas graças santificantes no além. Pode ser a oportunidade de uma viagem feliz a

chegar… onde pela primeira vez são só vocês os dois e aquilo que quiserem fazer. É engraçado — quase parece que alguém vos vai oferecer isso. Alguém pode ter uma casa noutro estado, ou numa ilha, sei lá. Por hospitalidade convidam-vos a ir lá ficar. Vocês podem fazer um bocado de "hem" e "haw", mas os vossos filhos encorajam-vos a ir.»

«Está bem.»

«Bem, vou ficar chocado se disserem sim a isto, mas há uma Collette…»

«Sim!»

«A sério? Está bem. Santo Deus, quase lhe disse que se fosse embora. Porque de repente ela entrou na sala, e eu arrepiei-me todo e senti uma sensação muito boa dela. E começou a dizer que não tinha o nome mais comum, mas para não a afastar. E mostrou-me Santa Coleta e disse: "Diz só que é a Collette." E voltou a pedir para não a afastar. E eu a pensar: está bem. Por isso fiquei chocado quando disseram que sim.»

«Os pais dela estiveram connosco a jantar na semana passada.»

«Uau, está bem. Ela partiu jovem. Ainda bem que não a afastei, e ela tem razão, não é nome muito comum.»

«Sim.»

«Chama pelos pais dela e pelas pessoas aqui.»

«Uau.»

«Também vos abençoa por serem tão… como ela diz, não têm noção da vossa força. Mostra-me o Rochedo de Gibraltar. Não são vaidosos — não são de se auto-condecorarem, mas a Collette diz que não fazem ideia de como foram uma rocha tremenda. Ela chama certamente pelos pais e família, se acharem que eles aguentam isto…»

«Oh sim.»

«…diz que não esperavam que ela aparecesse hoje.»

«Quer que eu lhes diga alguma coisa?»

«Diz: "A melhor coisa que podem fazer é dizer-lhes que os abraço com amor." E que está bem. E feliz. Diz, e não quer parecer cruel, mas

infelizmente os pais dela estão um bocado "à nora" neste momento. Sei que pais enlutados podem ficar um bocado avoadinhos com tanta dor de coração. Mas o que importa é que ela os abraça com amor. Insiste que compreendam que está bem e num lugar feliz e seguro. Por isso deve haver uma razão para ela sentir necessidade de dizer isso. Não é só porque soa bem — há um propósito naquilo que ela diz.»

«Está bem.»

«Hmm… não sei o que isto significa, mas aparecem pessoas à tua volta, Elaine, a dizer que são os teus pais. Umm… o teu pai diz que cometeu um erro?»

«Um grande.»

«Ah, está bem — percebeste — é tudo o que preciso saber. Põe um cesto de roupa suja à minha frente, quer dizer que não vai arejar a roupa suja em público. É esse tipo de pessoa. Mas assume que cometeu um erro enorme em relação a ti. Uma coisa que nunca faria em milhão de anos — admite que estava errado.»

«Uau.»

«A parte triste? Diz que só quando chegou ao além é que reconheceu isso. E mesmo lá não achava que estava errado, até que finalmente percebeu que estava e não havia volta a dar. Pede desculpa por te magoar os sentimentos. É como… para ser honesto, parece que te deserdou.»

«Deserdou.»

«Parecia vir ter contigo, mas sentia-se um bocado envergonhado. Por isso disse: "Abandonei-a, deserdei-a por estupidez."»

«Ele não acreditava em segundas núpcias…»

«Então concordo com ele que foi estupidez.»

«…e nós tínhamos a bênção da Igreja.»

«Lembra-me o que chamam os Católicos Negros — se a Igreja diz, é assim que é. Sem meios-termos.»

«Sim.»

«A tua mãe aproxima-se muito e abençoa-te por teres sido boa para ela enquanto esteve aqui. Não quer parecer insensível, mas diz que a vossa perda foi o ganho dela.»

(Ela ri-se.) «Sim. Uau.»

«Pronto, as almas dizem-me que têm de ir. Uau, que saída abrupta. Mas já as segurei tempo demais, por isso acho que têm mesmo de ir.»

De certa forma, senti pena de os ver partir. Às vezes as almas são como velhos amigos que estão por aí desde sempre. Algumas, como Denis e Peggy, estão mesmo.

Continuo a pensar em Denis e Peggy como jovens, embora seja evidente que cresceram e amadureceram. Veem o mundo de forma muito mais ampla e há algo de belo na forma como falam de estar no além como se fosse a coisa mais natural do mundo, como se sempre tivesse sido assim, e fôssemos nós que precisávamos de nos ajustar a isso. Também achei interessante ver como Peggy e Denis quiseram deixar de falar apenas de si próprios e ajudar a mãe a compreender que a passagem de Denis por uma porta diferente colocou Elaine numa jornada por outra porta diferente também. Ela é agora um farol na vida de outros pais enlutados, ajudando-os a compreender a sua perda e a encontrar esperança.

Haverá sempre um lugar especial no meu coração para Denis e Peggy, pois não só me ensinaram uma ou duas coisas sobre a vida aqui e no além, como também, de uma forma linda, criaram um motivo para os pais deles continuarem na Terra. Por mais sessões que faça, por mais reencontros que tenha com as almas, não há nada melhor do que isto.

Por fim, digo sempre que, por mais sombria que seja a circunstância ou comovente o momento, há sempre algo que aparece para vos arrancar um sorriso, para vos deixar encontrar a humanidade e o riso. Depois de Elaine e Joe terem dito os seus adeus sentidos, Elaine virou-se para mim e disse: «Adoro as cadeiras!»

2

VOU FICAR ONDE SOU EU AGENTE DA PATRULHA RODOVIÁRIA DA FLÓRIDA CHELSEA RICHARD

Neste ponto da minha vida e da minha carreira, já não deveria ficar nada surpreendido com a pura engenhosidade e desenvoltura das almas quando se trata de criar uma forma de alguém encontrar paz e conforto na hora de passar desta existência para a próxima. Mas, de vez em quando, surge numa sessão uma circunstância em que descobrimos que as portas da nossa realidade aqui e as portas da perceção lá, que giram em sentidos opostos, acabam por entrar em perfeita sincronização.

Isso acontece para que uma alma que pudesse ter reservas em atravessar a porta chegue a uma compreensão maior compreensão do seu propósito nesta vida e na próxima. Dar todas as garantias de que precisamos para fazer uma transição pacífica entre mundos parece ser um trabalho importante para as almas. Embora eu saiba que as almas fazem tudo o que está ao seu alcance para tornar a transição o mais confortável possível, é raro uma alma conseguir vir ter connosco e contar-nos clara e comoventemente essa experiência e o seu significado, como Chelsea Richard conseguiu fazer.

Conheci Bruce e Linda Richard numa sessão de grupo que fazemos de poucos em poucos meses. Embora estas sessões sejam mais curtas do que as individuais, a experiência pode ser, acredito, profunda para todos os presentes. As pessoas aprendem sobre o funcionamento do além não só através dos seus próprios entes queridos, mas também das almas que visitam os outros participantes da sessão. Algo me chamou a atenção muito cedo na sessão de Bruce e Linda. A filha deles, Chelsea, veio e falou de ter sido atropelada por um carro, pedindo-lhes que não culpassem ninguém e dizendo que a partida dela foi rápida e indolor. O que mais me marcou na mensagem de Chelsea foi ela dizer que não teria conseguido continuar a vida aqui se tivesse ficado.

Fiquei preso à palavra «se». Disse-lhe mentalmente: Estás a dizer-nos que tiveste escolha? Como a sessão não é para mim e às almas pouco importa o que eu penso, ela continuou para benefício dos pais e deu lugar à mãe de Linda para também falar. Ainda assim, aquele «se» ficou-me na cabeça.

É raro as almas partilharem este tipo de visão sobre os mecanismos do outro lado, por isso convidámos os Richard para uma sessão completa, pois acreditava que iria revelar-se uma lição importante.

Esta é a história de Bruce Richard, contada pelas suas próprias palavras:

Chelsea nasceu a 10 de maio de 1983 no Spohn Hospital em Danville, Illinois. Pouco depois a nossa família mudou-se para Patchogue, Nova Iorque, onde Chelsea teve uma infância bastante normal até aos cinco anos, altura em que a mãe dela e eu nos divorciámos. Isso resultou em guarda partilhada, que a mãe dela e eu dividimos. A mãe, Patricia, o irmão, Nicholas, e Chelsea viveram com os avós maternos, Don e Jeanette, durante uns anos após o divórcio. Quando a mãe conseguiu mudar-se para casa própria, Chelsea passou vários anos com ela e fazia visitas semanais a mim. Nos anos de formação, Chelsea foi viver em definitivo com os avós maternos. Voltou a viver com a mãe nos últimos anos do liceu.

Chelsea parecia ser uma pessoa muito tímida enquanto crescia. No ensino básico e secundário não tinha um grande grupo de amigos, ao contrário do irmão, que era muito popular. Usava óculos na juventude e isso parecia dar-lhe alguma ansiedade. Era uma pessoa muito carinhosa e ajudava os familiares a tomar conta das crianças nos tempos livres. No liceu não foi a nenhum baile de finalistas nem teve namorado fixo. Após a formatura, frequentou o Suffolk County Community College, onde tirou o curso de Justiça Criminal.

Tenho de admitir que tentei convencê-la a escolher outra área. Claro, como a maior parte das crianças, não seguiu o meu conselho. Começou a trabalhar a tempo parcial como agente de aplicação do código municipal na vila de Brookhaven, Long Island. Durante esse período, os avós maternos, que ainda influenciavam muito a vida de Chelsea, mudaram-se para uma comunidade de reformados em Ocala, Florida. Foi essa mudança que levou Chelsea a começar a pensar em mudar-se para a Florida.

Um dia de 2004, Chelsea telefonou à minha mulher, Linda, e a mim para dizer que ia candidatar-se a agente da Patrulha Rodoviária da Florida. Ficámos bastante surpreendidos porque ela sempre fora tão introvertida; nunca pensámos que considerasse seriamente ser polícia. Acabou por fazer várias viagens à Florida para completar o processo de candidatura. As

viagens levaram-na ao norte da Florida para umas partes do processo e ao sul para outras. Chelsea embarcou nesta aventura sozinha. Fiquei chocado e orgulhoso por ela o ter feito… a minha menina estava a crescer, e depressa.

Chelsea foi aceite na Patrulha Rodoviária da Florida e entrou na academia da FHP a 20 de junho de 2005. Preocupei-me que ela não conseguisse aguentar a disciplina rigorosa e o trabalho duro da academia porque nunca tinha passado por esse tipo de formação. Muitos dos colegas eram ex-militares e já tinham passado por tratamento semelhante no treino básico. O irmão, ex-fuzileiro, deu-lhe alento durante a formação na academia. Formou-se a 12 de janeiro de 2006 e Linda e eu estivemos presentes na cerimónia. Vou lembrar-me sempre de como ela estar direita como um fuso ao lado dos outros formandos. Via-se o orgulho e a confiança dela.

A 18 de maio de 2007, Chelsea casou com um colega agente da FHP. Compraram casa e Chelsea começou a falar em ter filhos. O marido, mais velho do que ela, já não podia ter filhos, por isso decidiram recorrer a inseminação artificial com dador, o que permitiu que Chelsea engravidasse. Embora a gravidez parecesse normal, Chelsea deu à luz o filho a 9 de julho de 2009, com três meses de antecedência e apenas 650 gramas.

Deram-lhe o nome Clayton Richard Valdes e ele passou os meses seguintes no hospital por causa do nascimento prematuro. Foi um período muito difícil para Chelsea, mas ela não se deixou abater. Vivía e respirava pelo filho. Chelsea considerava Clayton o seu pequeno milagre, e com toda a razão. A gente pensa que, depois de tudo por que ele passou no início da vida, Deus não aumentaria o desafio tirando-lhe a mãe para o resto da vida.

Chelsea lutou por Clayton em muitas questões. Por causa dos problemas de saúde anteriores, levava-o ao médico ou ao hospital por qualquer doença, por mais pequena que fosse. Criticavam-na por isso, mas nunca parou, porque sentia sempre que sabia o que era melhor para o filho. Clayton não desenvolveu a fala tão rapidamente como as outras crianças, e Chelsea fez questão de o inscrever em programas especiais de ensino para aumentar a sua capacidade de aprendizagem e fala. Viu Clayton passar de uma criança que nunca falava para uma que nunca mais se calava. Clayton era a vida dela, e tenho a certeza de que ela é o anjo da guarda dele e estará sempre lá para ele.

O casamento de Chelsea não resistiu ao tempo, porém. Ela e o marido divorciaram-se. O divórcio foi finalizado apenas meses antes da partida de Chelsea, embora a separação fosse muito anterior. Durante esse período, Chelsea apaixonou-se por Jamie, outro agente. Almoçou com ele apenas horas antes da tragédia que lhe tirou a vida. Saíram do restaurante, beijaram-se e declararam o amor um pelo outro. Ele ia pedir Chelsea em casamento no aniversário dela, exatamente uma semana depois do último encontro deles.

Era uma bela tarde de primavera a 3 de maio de 2014. Eu estava no quintal a arrancar dentes-de-leão quando recebi a notícia sobre Chelsea Uma rapariga de dezassete anos e a amiga tiveram um pequeno acidente na Interestadual 75. George Phillips, pai da rapariga envolvida no acidente, veio em socorro delas e encostou na berma para se certificar de que a filha e a amiga não se tinham magoado.

Chelsea foi destacada para o local do acidente e estava a falar com o condutor do reboque, John Duggan, que lá estava para tirar o carro da berma. De repente, um acidente com sete carros perto de onde estavam provocou que uma carrinha descaísse para a berma, matando os três — Chelsea, George e John. Chelsea e John morreram instantaneamente no local, e George morreu no hospital no dia seguinte. O irmão de Chelsea, Nick, teve a terrível tarefa de me dizer que ela tinha sido morta. Que duro deve ter sido para ele.

Linda e eu fomos ao funeral de Chelsea em Ocala, Florida. Fiquei espantado com o número de pessoas cuja vida Chelsea tinha tocado. Só ouvi elogios à minha filha. Embora a perda dela seja avassaladora, as palavras gentis que ouvi sobre a forma como Chelsea viveu a vida foram extremamente reconfortantes. A interação dela com os outros e a ajuda que dava eram muito inspiradoras. Soube que Chelsea ajudava outros agentes alterando-lhes os uniformes quando precisavam.

Nunca hesitava em ajudar quando podia. Chelsea também era conhecida por ser grande gozona. Dizem-me que o sentido de humor dela iluminava uma sala. Depois da morte de Chelsea, soube que o toque do telemóvel dela era a canção “Brave” da Sara Bareilles. Ouvi essa canção muitas vezes desde que Chelsea partiu, e percebo porque lhe marcou tanto. Chelsea era uma menina tímida que cresceu para ser agente da Patrulha

Rodoviária da Florida. Só quando morreu é que percebi o quão corajosa ela era.

A SESSÃO

«Vamos começar e ver quem vem visitar. Quatro pessoas vêm todas ao mesmo tempo — uma mulher, um homem, e parece que… outro homem e outra mulher. Agora, nesse grupinho, sem explicar nada, fala-se de uma mulher mais nova, entendido?»

«Sim.»

«Há definitivamente conversa sobre uma filha, e jovem para os padrões de hoje. (Eles confirmam.) Diz que é uma das primeiras do grupinho que entrou. Também, sem explicar — partiu há pouco tempo? Não tipo na semana passada, mas é interessante que ainda se sinta novinha em folha lá. E só vou nessa porque, sem noção de tempo, mesmo que tenha partido há cinco anos, para ela parece que acabou de chegar. Fala de uma partida súbita? Vem mesmo do nada, sim?»

«Sim.»

«Mostrou-me um campo de basebol — para mim isso seria mesmo "do nada". Disse-me, e não sei como se sentem quanto a isso, mas foi puro acidente.»

«Sim.»

«Agora isto pode ser simbólico ou significar exatamente o que estou a ver. Mostrou-me um uniforme, que pode simbolizar duas coisas: ou trabalhava com eles ou simboliza trabalho. Deixo convosco e espero que percebam o que ela está a fazer.

«Não percebo — continua a dar-me a impressão de que foi "apanhada de lado".»

«Sim.»

«Vejo outra vez o uniforme, por isso deve haver alguma ligação. Estou a rir-me sozinho porque ela acabou de me dizer para ter cuidado. Fui criado nos anos 50 e 60, e ela gozou comigo que posso ter um bocadinho de mentalidade sexista da forma como fomos condicionados a pensar naquela época. Obviamente… gozou outra vez comigo… não era dona de casa.» (Eles acenam.) «Devia ter uma carreira, profissional. Como ela diz

mais à frente — no meu tempo seria um "clube de bons rapazes". Portanto, aparentemente quer dizer um cargo que eu estereotiparia como só para homens. Uma coisa que ela menciona é que quebrou barreiras, sim?»

«Sim.»

«Profissionalmente. Não era a única mulher, mas ainda assim os homens são maioria. Era isso que queria dizer quando falou em quebrar barreiras. Num mundo que ainda pode ser o "clube de bons rapazes". Agora, apesar de ter partido jovem para os padrões de hoje, e de ser uma tragédia terrível, quer mesmo que saibam que teve uma vida realizada até aquele ponto. E é só isso que nos é pedido. Diz que é a vida nos teus anos que conta, não os anos na tua vida. Podem sentir que ela foi roubada da vida. Traz à baila um irmão, por isso deduzo que tem um…»

«Sim.»

«…que está aqui. (Eles acenam.) Obviamente próximos, sim? (Eles acenam.) Parecem ter uma boa relação. Não é que não estejam com uma ansiedade terrível com esta tragédia, mas a razão por que o destacar é porque por vezes o irmão que sobrevive não sabe como se deve sentir.»

«Sim.»

«Dá-lhe os parabéns. Parece que, seja o que for, já aconteceu, por isso pode haver algo… não muito distante no passado, que ele tenha alcançado ou "subido de nível". Pode ser questão de opinião, mas ela meio que acreditava e meio que não num além? (Eles hesitam.) Pôs uma cerca à minha frente, o que me diz que estava em cima do muro quanto a isso.»

«Boa.»

«Talvez inclinada a achar que só saberemos quando partirmos. Mas na altura estava focada na vida dela, na carreira, no que se passava aqui, e não muito preocupada com o que viria depois. Diz que, no fim de contas — digam o que disserem —, acreditem ou não num além, no fim temos de aprender por nós próprios. Tal como na vossa situação infeliz, só outro casal de pais enlutados percebe como se sentem. Diz que é uma aprendizagem infeliz de si próprio. Diz também que veio em sonhos, sim?»

«Sim.»

«Diz-me que esta não é a primeira vez que têm notícias dela. É só outra forma, por isso pode ter havido outras no passado. Mas relata visitas em sonhos. Desde que os sonhos sejam visitas reconfortantes, são genuínos. Tudo o que vos perturbar, ignorem. Também… ah, provavelmente era isso que queria dizer… mais uma vez, e não está a tentar deitar sal na ferida, mas diz que não percebeu o que a atingiu.» (Eles acenam.) «Deve ter havido algum envolvimento de veículos, porque não paro de sentir carros. E diz — inicialmente, quando chega lá e não percebeu o que a atingiu —, para ela ainda está viva.

Por isso pensa que está a sonhar, ou que sobreviveu. Era isso que queria dizer antes quando falou em "sobreviver". Sim, mas não literalmente, no sentido físico. Mas diz que quando chega lá, primeiro pensa que está a sonhar — coisa que muitas almas já disseram porque é de um momento para o outro. Ninguém anuncia lá o que aconteceu. E fala de pessoas que lá estavam, a dar-lhe as boas-vindas, que ela sabia que tinham partido. Foi por isso que a princípio pensou que estava a sonhar. Mas… é quase como se lhe tivessem dado a oportunidade de voltar ou ficar — e no entanto diz-me… que não teria grande vontade de voltar.

«Por muito que preferissem isso, e ela sabe que teriam cuidado dela… dá-me a sensação de que ficaria como um vegetal. Por causa dos danos do acidente. Mas houve um breve período em que pensou se ficava ou voltava. Mas, lá… está bem e é a mesma de sempre. Voltar aqui, não seria o caso. E diz-me que, mesmo que não se importassem, ela não se sentiria confortável a ser um peso para si própria nem para ninguém, incluindo os pais. Também dá a impressão de que um de vós sentiu que a viu — quase como pelo canto do olho, juravam que ela estava lá. E se ainda não aconteceu, vai acontecer, mas não fiquem loucos à procura. Deixem acontecer. Mas saibam que não é imaginação vossa.

Por outro lado, goza convosco que às vezes sentem que não recebem sinais suficientes dela e no entanto, falam com ela o tempo todo.» (Eles acenam.) «Não quero rir-me… porque ela tem um bom sentido de humor… diz que vos passa ao lado. Sentem a presença dela — a vossa própria intuição capta-a e leva-vos a falar com ela. Não precisam que vos digam quem é — sabem logo. E ela diz que vocês falam com ela. E depois acham que não estão a receber sinal nenhum, e há um mesmo à frente dos vossos olhos.

«Ela só espera que não fiquem desiludidos por ela ter escolhido ficar. Não seria feliz se voltasse. Diz-me: "Quem quereria viver assim?" Não estou no vosso lugar, mas concordo com ela. E sobretudo porque, como diz, teve uma breve visão disso lá de cima. Sabe que seria um peso para si própria e para os outros. Também, como vossa filha, espera que concordem que preferem saber que ela está bem e é ela própria noutro lugar. Diz que ficariam de coração destroçado.»

Ela admite que, se tivesse ficado na Terra, estaria lá e não estaria… seria uma prova de partir o coração para vocês, e também para ela. Não parece que teriam sido os melhores tempos. Já lá, está bem e voltou a ser a mesma de sempre. A única diferença é que o corpo físico morreu. Não quero parecer insensível, mas ela diz que um dia vocês também vão morrer, e alguém não vai ficar nada feliz por vocês partirem também.»

«Sim.»

«Pronto… mostra-me o uniforme e fala do "clube de bons rapazes". Quase parece uma polícia, mas o uniforme dela não parece nada com o que estou habituado a ver por aqui.» (Eles acenam.) «Está bem… talvez queira dizer estatal… que aconteceu fora do estado. Entendido?»

«Sim.»

«Portanto… está mais ligado ao estado. No sentido policial ou algo assim.» (Eles acenam.) «Engraçada também — talvez não a rapariga mais paciente do mundo, porque diz-me: "Olha, ele já percebeu."»

(Riem-se.)

«E queria também dizer que, embora tenha partido jovem, continua a afirmar que teve uma vida realizada. Sobretudo porque decidiu "Vou ficar onde sou eu". Porque também reconheceu que, por muito que preferissem tê-la aqui, ela na verdade não está separada de vocês — só pela forma. Diz que, embora esteja mais perto de vocês do que conseguem imaginar, e que já tiveram provas disso dela, pode dizer que, por muito que sintam a falta dela, ela também sente a vossa — mas só no sentido da forma. E diz que quando chegar a vossa hora, ela estará lá para vos receber.

Terão isso para esperar. Mas não vão lá tão cedo.» (Riem-se.) «Gosto das piadas dela. Faz-me rir. Só espera — por muito que saiba que não é uma compensação totalmente satisfatória para vocês — que, desde que

saibam que ela está bem e num lugar feliz, possam dormir melhor esta noite e que isto tire um bocadinho da dor.

Fala que sabe que nunca mais serão os mesmos — compreensível —, mas também elogia a vossa perseverança. Não sei porquê, mas como a vossa filha diz, nunca pensem que fizeram algo errado para isto vos acontecer. Entendido?» (Eles acenam.) «Diz-me para vos dizer que pensam demais. É por isso que não quer que pensem que fizeram algo errado, ou que se tramaram em algum lado e este foi o resultado. Não tem nada a ver. Diz que outras almas dizem que nem começamos a compreender as coincidências cruéis deste mundo na Terra. E ela de certeza não é nenhuma beata, mas diz que a Presença Divina envia compensações se as procurarmos.

Podem pensar: Quem hei de culpar disto? Mas não há ninguém para culpar. Aconteceu e pronto. Ela é vossa filha, e sempre será — mas também é uma pessoa própria, na sua experiência única aqui. É só isso que é diferente. E ela cumpriu a experiência dela aqui mais cedo do que vocês. Sabe que dariam a vida por ela com todo o gosto — "Muito obrigado", diz ela, "mas ainda não é para estares aqui." Mas, como diz, se alguém lhe tivesse dito que ia partir tão nova, não teria acreditado. Isto simplesmente não devia acontecer. Admite que quando chegou lá estava um bocadinho irritada. Sentiu que ainda não era suposto estar lá. Por isso, de certa forma, quis "reclamar com a gerência".

Mas foi aí que lhe disseram para olhar para a vida dela e o que já tinha cumprido, e que se quisesse voltar tudo bem, mas seria assim. E disse que o corpo físico estava danificado. E depois percebeu que era mesmo para estar lá. Agradece-vos por rezarem por ela à vossa maneira. Também sabe que já não sabem no que hão de acreditar. Mas goza convosco — fazem-no meio que "por via das dúvidas". Mostra-me peças a caírem no sítio — aparentemente a forma dela de me mostrar que tudo se encaixou, embora neste momento não compreendam. Diz que o "caminho certo" que nos ensinaram aqui não é necessariamente o caminho certo que ensinam lá. Interessante, porém — desde que lá está, meio que "explorou".

Obviamente uma pessoa muito inteligente. Também vos agradece pelo memorial, por isso aparentemente estão a ser feitas coisas boas em nome e memória dela. Além disso, fala de muitas pessoas que fizeram gentilezas em nome dela desde que partiu. Pode ser que não tenham vindo ter

convosco para vos dizer que o fizeram, mas isso não quer dizer que ela não receba as boas intenções boas que daí vêm. Uma coisa que afirma é: chama em geral pela família na força. Fala de uma presença enorme no velório e funeral.»

«Sim.»

«Teve um reconhecimento muito honroso. Teve reconhecimento de heroína. Também percebe que a partida dela assustou muita gente. Sobretudo na carreira dela. Fala que está feliz por reconhecer — para não sentir que a partida dela foi em vão — que realmente ensinou muitos colegas a terem muito mais cuidado em serviço.» (Eles acenam.) «Sobretudo quando mandam alguém encostar. Aprendeu lá que há um propósito por trás de tudo. E está satisfeita por isso os ter feito olhar para as coisas e saberem que têm de ter um bocadinho mais cuidado. Mais uma vez, porém — e deve ser importante para ela —, afirma que teve uma existência realizada aqui, e reconheceu isso.»

«Sim.»

«Mais uma vez, diz-me que foi "apanhada de lado", e eu a pensar — sem me dizer — terá mandado alguém encostar, estavam demasiado perto da estrada? Mas vocês sabem o que ela está a fazer. E não é que esteja a ser insensível, mas diz que quer passar disso. Aconteceu, pronto — mas agora é assim.» (Eles acenam.) «Digo-vos a verdade — e digo com todo o amor — a vossa filha é uma rapariga fixe. Mas podia ser um osso duro de roer.» (Riem-se.) «Não queria ser mandada parar por ela. É isso — é um amor — mas sinto que conseguia ser dura. Mas diz que de muitas formas tem de ser — estás a defender um princípio. Como diz em todos os carros da polícia — "Proteger e Servir". Faz parte do trabalho. Ohhh… era isso que eu estava a ver. O nome é Chelsea. Entendido?»

«Sim.»

«Agora percebo, e ainda bem que me calei. Às vezes dizem logo o nome, outras mostram-me algo a que devo prestar atenção. Mas não parava de ver cenas do filme On Golden Pond, e perguntava-me o que ela estava a tentar dizer-me — o que é que eu devia ver aqui? Acabei de perceber que a filha no filme se chama Chelsea. E também me mostrou os Clinton, mas comecei a pensar que talvez tivesse recebido algum prémio presidencial, e

estava a interpretar simbolicamente até perceber que a filha deles também se chama Chelsea. Não é nome que se oiça muito.

«Obviamente muito próxima do irmão, sim?»

«Sim.»

«Chama por ele com muito amor — acredite ele nisto ou não. Diz-me que não está aqui para fazer conversos. Se ele quiser acreditar, ótimo — se não, vai cá chegar e descobrir que ela tinha razão como sempre.» (Riem-se.) «Não está muito preocupada — no fim de contas, como já passou por isso, sabe que cada um tem de aprender as coisas [por si]. Diz que há pessoas que vão para lá a pensar que São Pedro as vai receber às portas de pérola, e que têm tudo controlado. Mas ninguém diz nada — deixam-nos aprender sozinhos.

«Está a dar-me sinal que vai sair, por isso tenho de ouvir. Chama com compaixão por… alguém deve ter testemunhado ela ser apanhada de lado.» (Eles acenam.) «Devem ter visto. Diz que está por perto como anjo da guarda, mas espera que compreendam que não anda por aí a agitar uma varinha mágica. Mas espera que, desde que saibam que ela está bem e num lugar seguro e feliz — zero queixas lá de cima —, e dá para ver que está feliz por ter percebido que, embora tenha partido jovem, cumpriu. Lembrem-se — é a vida nos teus anos, não o contrário. Mas com isso, abraça-vos certamente aos dois com amor.»

De muitas formas, para mim esta sessão foi como um relâmpago cair duas vezes. É raro, mas acontece. Tal como o filho dos Stillwell que escolheu ir com a irmã, também a Chelsea teve escolha de ficar ou ir, e pesou cuidadosamente as opções.

Acho que tem de ser uma das coisas mais corajosas do mundo uma alma tomar o tipo de decisão que Chelsea tomou. Sabendo o que deixa para trás, sem ter a certeza do que a espera à frente. É fácil saber depois que estão felizes com a decisão — quem não estaria, rodeado de amor, paz e alegria no além? Mas pensem naquele momento — o momento em que a decisão tem de ser tomada. Aqui estás tu — com tudo o que conheces e amas numa mão, e na outra a atração da paz, leveza e alegria. Chelsea escolheu bem.

As almas sabem que alguém pode ser melhor mãe, filha, irmã, amiga e colega no além do que alguma vez poderia ser na Terra; no além, têm a capacidade de viver no coração de quem as conhece e ama. É aquele momento da escolha que é tão corajoso. Para Chelsea, a verdadeira medida da sua alma revelou-se nesse momento.

Em honra da agente da Patrulha Rodoviária Chelsea Richard, o governador Rick Scott vetou um projeto de lei que teria aumentado o limite de velocidade em algumas estradas da Florida para 75 milhas por hora. A Florida promulgou e faz cumprir a "Move Over Law" e, em honra de Chelsea, designou o mês de junho como o mês "Move Over — Slow Down — Save a Life" (Encoste — Abrande — Salve uma Vida). É esperança deles que uma tragédia como esta nunca mais aconteça. O filho de Chelsea, Clayton, está a crescer e a desenvolver-se bem com o pai, e muitas vezes assiste aos serviços e cerimónias em memória da mãe.

3

UM BOM ATOR EVAN NASKY

Querido Anjo, diz isto à minha mãe, Diz-lhe que a amarei sempre. Diz-lhe que ela significa sempre tanto para mim. Diz-lhe que lá, eu não teria medo de um urso pardo. Diz-lhe que ela sempre soube Que eu sempre amei tu-sabes-quem. Agora vai, despacha-te! Voa para o céu que é de um azul profundo. — Escrito por Evan Nasky no 4.º ano

A família Nasky parecia, em tudo, a família americana ideal — pessoas que realmente gostam umas das outras, que levam vidas belas, serenas e bem vividas. Atraentes e bem vestidos, o marido, a mulher e a filha entraram na sala de reuniões e sentaram-se com uma confiança descontraída. Brian, o pai, deu-me um sorriso largo ao apertar-me a mão.

Na verdade, eu esperava que fosse uma sessão rápida, do tipo que já fiz dezenas de vezes para pessoas bem-intencionadas que perderam avós em idade avançada, ou que têm uma curiosidade geral sobre mediunidade. Mas as aparências iludem terrivelmente. Não estava preparado para o que veio quando aquela família adorável se sentou. Quando comecei a sessão, apareceu um jovem a andar de um lado para o outro, dando-me a sensação

de que não sabia bem como começar sem desatar um tsunami de arrependimento e tristeza. Falo disso mais adiante.

Esta é a história de Evan, contada pelas palavras da própria família:

Em 1991, na primavera do ano em que Evan nasceu, mudámo-nos para Oahu, Havai. Como família, passávamos muito tempo na praia. Desde que conseguia gatinhar, Evan adorava meter-se na água. Mal começou a andar, dirigia-se para o mar. Gatinhava para dentro de água e as ondas derrubavam-no. Mas Evan era uma criança absolutamente destemida. Levantava-se depois de ser derrubado pelas ondas e voltava a gatinhar para o mar. A determinação de Evan era absolutamente espantosa, e assim continuou durante toda a vida.

Quando Evan tinha três anos, mudámo-nos para Austin, Texas. Ele não estava nada habituado a usar sapatos, e foi difícil habituarmo-nos ao terreno do Texas. Durante vários meses após a mudança, Evan perguntava-me muitas vezes: «Mamã, onde tá o oceano?» Era difícil explicar a uma criança de três anos que o oceano que ele amava estava muito longe. Quando nos instalámos na zona de Austin, inscrevi Evan numa escola diurna local. Lá conheceu um dos seus melhores amigos, Sean.

Os rapazes continuaram amigos chegados durante todo o ensino básico e secundário, até que Sean se mudou quando Evan estava no liceu. Continuaram em contacto pelo computador através de jogos de vídeo nos anos seguintes. Evan visitava sempre Sean quando estava em casa nas férias da universidade. Depois de Evan morrer, apareceu a Sean e a vários outros amigos em sonhos que deixaram bem claro que há mesmo vida após a vida, e que ele ainda os amava muito.

Evan estava no programa para alunos dotados e talentosos da escola primária desde o primeiro ano. Levava o trabalho muito a sério e fez muitos projetos aprofundados. Era um aluno curioso, brilhante e talentoso durante todo o ensino básico e secundário. Mas, mais do que isso, era doce.

Durante os anos do secundário, Evan interessou-se pelo coro. Descobri que Evan tinha uma voz magnífica numa das primeiras atuações dele no secundário, quando cantou e dançou “Putting on the Ritz”. Nunca esquecerei aquela atuação. Acho que pode ter sido o início da “carreira” teatral” de Evan. Evan foi escolhido para a produção de Footloose no

secundário no oitavo ano, e a partir dessa atuação não houve quem o parasse.

Quando chegou ao liceu, Evan levou os estudos de teatro muito a sério. Para ele já era uma profissão. Foi escolhido para todas as produções durante os quatro anos de liceu e a partir do segundo ano ganhou papéis principais. Evan ganhou muitos prémios no liceu em teatro e teve o papel principal numa peça de um ato para a competição final estadual no último ano. Para Evan, os colegas de teatro eram família alargada.

Evan foi recrutado por muitas universidades. Embora tivesse várias ofertas de bolsas, escolheu a University of Evansville, no Indiana, por causa do amor ao teatro. Evan teve um foco e determinação durante os anos de universidade que foi nada menos que espantoso! Sabíamos que ele estava a lutar em algumas áreas, embora nenhuma fosse académica. Quando nunca lhe deram papéis no palco na UE, a desilusão começou a cobrar o seu preço, e víamos diferença no comportamento dele quando voltava a casa. Falámos sobre isso. A resposta dele foi que teatro era como uma maratona: tinhas de estar preparado para estar na corrida longa.

Nas primeiras horas da manhã de 3 de março de 2012, uma tragédia terrível abateu-se sobre a nossa família. O nosso filho e irmão belo e amado, Evan Nathaniel Nasky, morreu por suicídio. Tinha acabado de fazer vinte e um anos e estava no segundo semestre do terceiro ano. As férias da primavera estavam a começar, e Evan preparava-se para atuar numa produção e realizar outra cena nas semanas seguintes. Tínhamos falado com Evan por telefone na quinta-feira antes de morrer e planeávamos estar lá para a atuação dele no fim de semana seguinte.

Embora saibamos que a transição dele foi sentida profundamente pelos amigos, o Departamento de Teatro da UE nunca nos contactou, exceto enviando um representante ao serviço de memória. Houve uma presença enorme no serviço de memória, com professores e amigos que realmente gostavam de Evan.

Muitas pessoas nos contactaram quando souberam da perda de Evan para a doença da depressão, que levou ao suicídio. A morte dele foi um choque total para família e amigos. Nenhum de nós viu nem percebeu o que lhe estava a acontecer. Era talentoso demais, inteligente demais, lógico demais, engraçado demais, sincero demais e aberto demais para estar a

sofrer de uma doença que todos desconhecíamos! Falámos com ele dois dias antes e notámos que a voz dele estava diferente, mas não vimos a realidade; víamos um filho cansado e que precisava das férias da primavera. Nenhum grau de dor ou desejo pode dar outra oportunidade àquela chamada telefónica. Esta tragédia perseguir-nos-á para sempre.

Só quando requisitámos os registos da universidade é que descobrimos que Evan tinha estado em aconselhamento psicológico e que tinha mencionado pensamentos suicidas. É verdade que Evan procurou ajuda, mas o nível de ajuda disponível não foi suficiente, e não foi eficaz. Se soubéssemos que Evan tinha pensamentos suicidas, teríamos mexido o céu e a terra para o ajudar.

Evan e eu tivemos uma conversa um dia enquanto voltávamos para casa numa tempestade de primavera perto do fim do segundo ano dele no liceu. Nessa altura, Evan já tinha desenvolvido uma mente investigadora e científica. Interessava-se por assuntos espirituais, mas tinha um cepticismo saudável quanto aos ensinamentos da religião organizada. Estávamos a falar de um sonho que eu tive sobre o meu pai trinta dias antes de ele morrer de doença de Parkinson, quando Evan estava no secundário. No sonho, o meu pai apareceu-me como me lembrava dele da infância. Jovem, forte e saudável.

Explicou-me que se estava a preparar para mudar para a casa nova e queria mostrar-ma. Levou-me para dentro de um edifício e começou a abrir porta atrás de porta para lugares de uma beleza espetacular, cheios de beleza incrível. Evan escutou com atenção, como sempre, e depois explicou-me que achava que era a minha mente subconsciente a tentar consolar-me, e não uma visitação real do meu pai. Foi muito doce e gentil na explicação. Adorava discutir assuntos espirituais com ele, porque permitia sempre os meus sentimentos e opiniões, mesmo não tendo as mesmas crenças. Quando chegámos a casa naquela noite desenhou um diagrama com várias teorias, incluindo a teoria das cordas, que poderiam explicar outras realidades após a morte.

Numa noite de verão, o riacho abaixo de casa estava iluminado por pirilampos. Havia tantos que a princípio pensei que alguém lá fora com uma lanterna. Pedi a Evan que fosse investigar comigo. Descemos a pé para o bosque abaixo de casa e eu disse em brincadeira que os pirilampos eram “fadas” do mundo dos espíritos, e que estávamos num “país das

maravilhas" mágico. Como sempre, Evan entrou na brincadeira, e depois explicou-me a ciência por trás do brilho do pirilampo. Achei espantoso que ele soubesse isso, porque eu não fazia ideia do que fazia os pirilampos brilhar. Era tão gentil, tão doce, tão meigo. Estar com ele ali no bosque rodeado de fadas num país das maravilhas mágico é uma memória que guardo no coração para sempre.

Quando os pirilampos aparecem todos os anos, sinto que uma parte de Evan está aqui connosco. Não há nada além de memórias doces do rapaz que foi — e é — a luz das nossas vidas. Poderíamos escrever um livro de milhares de páginas sobre a vida dele. Temos milhares de fotografias dele. Nunca desistiremos da vida dele, que sabemos que continua. Temos a certeza de que Evan está a explorar a sua nova casa com a mesma curiosidade imaginativa que tinha aqui na Terra. Amamos-te, filho e irmão, agora e para sempre! És o melhor filho que alguém poderia ter!

A SESSÃO

«Muito bem, vamos começar. Imediatamente surge uma presença masculina… ele na verdade entrou contigo… e com ele vêm duas mulheres. Muito bem, um homem avançou, por isso presumo que compreendas.»

«Sim.»

«Ele está a dizer que é o filho, que é o irmão. (Eles acenam com a cabeça.) Vocês são a família dele — a família mais próxima.»

«Sim.»

«A primeira coisa que ele afirma — e tem de haver um propósito muito concreto nisto — é que está bem e num lugar feliz…»

«Está bem.»

«…e parece muito… numa família nas vossas tristes circunstâncias, tenho a certeza de que querem ouvir isso, mas parece haver um propósito ainda maior por trás disso.»

«Sim.»

«Ele não o diz só porque é uma coisa bonita de se dizer — há uma razão verdadeira por trás disso. Ele fala de avós que estão com ele. Só para

saberem que ele não está sozinho. Ele fala claramente de uma morte trágica, sim?»

«Sim.»

«Idade, claro, mas também as circunstâncias.»

«Sim.»

«Engraçado, ele disse que sabia que ia partir. Hmm. Não creio que tenha feito um anúncio público, mas… hmm, tenho de ter cuidado com isto — ele falou de uma morte acidental, sim?»

«Uh, não…»

«Eu sabia que ias dizer que não, mas acho que sei para onde ele está a derivar. Por isso… posso explicar depois. Ele não morreu num acidente de carro.»

«Não.»

«Mas parece ter sido uma morte súbita. Ele mostra-me um estádio de basebol — o que significa que veio do nada, do lado esquerdo do campo. Ele fala de ter tido problemas de saúde, mas mais no sentido emocional?»

«Sim.»

«Ele refere muitas vezes não ter sido a pessoa mais feliz aqui, entendido?»

«Sim.»

«Porque… sim, ele admite que sofria em silêncio, sim?»

«Mmm-hmm.»

«Ele admite — tipo bom ator?»

«Mmm-hmm.»

«Dá-me a impressão de que, se o tivesse conhecido enquanto ele estava cá, também eu teria ficado chocado com a morte dele… e insiste novamente que saibam que ele está bem e num lugar feliz. Isso não vai curar nada, mas ele espera que tire um pouco a dor. Além disso — ouvi o nome Brian ser chamado, entendido?»

«Sim.»

«Também — a menos que não tenham pensado nisso — no fim, o vosso filho estava um pouco distante?»

«Sim.»

«Não que não falasse convosco. Mas é uma sensação de ele estar lá e ao mesmo tempo não estar. Perto do fim da vida dele. (Eles acenam com a cabeça.) Um rapaz muito sensível. Traço fantástico, mas também problemático. Ele falou de ter partido num estado semelhante ao sono.»

«Sim.»

«Um indivíduo muito complexo. Não no sentido negativo. Dá-me a impressão — no momento da morte — de não estar no estado de espírito certo.»

«Sim.»

«Eu estava quase certo de que estava no padrão de pensamento correto, mas cabe à alma dizê-lo. Ele meio que pede desculpa por vos ter enganado. Tipo — vocês pensavam que estava tudo bem, mas não estava. Bom ator, outra vez. Ele definitivamente passou por uma luta significativa, entendido?»

«Sim.»

«Não que o tenha feito de propósito, mas ele sente que vos enganou de certa forma. Mais cedo deu-me a impressão de que tinha contribuído para pôr fim à própria vida. Foi por isso que ele disse "acidente". Porque eu não gosto da palavra que começa por S. Aprendi do lado de lá que há muito mais coisas a acontecer… ninguém acorda simplesmente um dia e decide: "Vou tirar a minha própria vida." Tem de haver… um problema de saúde. Por isso sei que quando disse "acidente" no início, disseram que não, mas ele disse-me:

"Tu sabes para onde eu vou", e eu pensei: Sim, sei. Mas deixo-vos a vocês o vosso tempo. E é por isso que aparece como um acidente — porque no momento da morte ele não estava no estado de espírito correto e não pode ser responsabilizado pelas suas ações. Além disso — a menos que tenha sentido simplesmente que tudo se estava a acumular em cima dele — ele estava com problemas na carreira?»

«Sim.»

«Ele fala de ter tido problemas com a "carreira" e pede-me que vos diga a todos: "Não foi a coisa mais inteligente a fazer." Mas ele não estava no estado de espírito correto. Ele expressa-me, e tenho a certeza de que vocês também compreendem, que gostava de se ter dado mais tempo. Mas é quase como se, até certo ponto, tivesse tido uma quebra e não soubesse. Ele quer ter a certeza de que nenhum de vós sente que falhou com ele de alguma forma.

Como se devessem ter percebido que algo se passava. Ele não é de choramingar, não se queixa de tudo. No caso dele, mostra-me uma bomba-relógio. Mostra-me um vulcão — as coisas estão a ferver e a acumular-se. Infelizmente, mostra-me uma bola de neve a descer a encosta e a ficar cada vez maior. Este certamente não é uma pessoa estúpida. É óbvio que ele era inteligente. Tinha amigos; toda a gente gostava dele e o amava. E no entanto, por outro lado, temos de tentar compreender que ele não sabe o que desencadeou aquilo. Uma coisa que ele admite: era meio duro consigo mesmo, entendido?»

«Sim.»

«Sim e não, entendido? Porque cada vez que ele diz algo assim, puxa-me para trás. Dá-me a impressão de que talvez não vos tenha deixado saber o que se passava lá dentro. Colocou uma cortina escura à frente de todos vós — podem ter sido mantidos no escuro em grande medida. Vocês conhecem-no — mas essa é a parte do Dr. Jekyll, e há uma parte dele que conhecem e não conhecem. Parece que são uma família muito unida, por isso não há problema aí… ele dá-me a impressão de que tudo estava a ir ladeira abaixo, mas não estava.

Por mais estranho que pareça, ele também era meio solitário — e no entanto tinha pessoas que o amavam e gostavam dele. E no entanto, por vezes, mesmo que não o partilhasse convosco, ele diz-me que não acreditava que gostassem realmente dele. Não estou a tentar ser engraçado, mas ele mostra-me a cena do Feiticeiro de Oz em que o feiticeiro diz: "És vítima de um pensamento desorganizado." E era isso que lhe estava a acontecer — tornou-se vítima do próprio pensamento desorganizado. Mas ele teve uma desilusão numa relação, sim? (Eles acenam com a cabeça.) Porque ele definitivamente sentiu que foi largado. Não que esteja a culpar alguém, mas isso foi um fator que contribuiu — ele não me vai enganar.

Deu-me a impressão — sem dizer nada — de que era casado, ou pensava que ia nessa direção. A relação parecia… era bastante estável?»

«Não sabemos.»

«Ah, está bem. É meio como se ele montasse tudo na cabeça dele — no sentido de que ia conseguir isto e aquilo, percebem? (Eles acenam com a cabeça.) Mas depois, quando não acontecia, desmoronava-se. Mais uma vez — ele era um realizador. Não estou no vosso lugar, mas não consigo acreditar no que estou a ouvir dele. Sim, de facto, ele era um realizador, mas ele diz que demasiado sucesso é tão mau como muito pouco.

«Mais uma vez, aquela sensação que ele me dá — vejo um arquivo bem organizado — ele sempre foi muito organizado. As coisas, como ele diz, não estavam a alinhar-se como ele tinha antecipado. Ou como pensava que deviam.»

«Sim.»

«E é triste ouvi-lo dizer do lado de lá que devia ter-se dado mais tempo. Porque ele viu que, está bem, algo pode não ter acontecido numa data específica, mas aconteceria mais tarde. Como veio a aprender do lado de lá, não se pode pôr a si próprio num horário rígido. Não se pode dizer: "Isto vai acontecer nesta data."»

«Sim.»

«E é por isso que ele está tão contente por a Presença Divina lhe ter dado a oportunidade de vos contactar, porque isto deixou-vos a todos pendurados. Ele reconhece que teve sucesso. Mas depois diz-me que o sucesso é muito difícil de lidar. Pode-se pressionar a si próprio pensando que tem de o manter o tempo todo. Ele deve não ter mostrado realmente que podia estar deprimido. (Eles acenam com a cabeça.)

Está lá, mas ele mostra-me um cobertor — ele era bom a cobrir isso. Isto não significa que ele esteja em algum estado de infelicidade, por isso não leiam nas entrelinhas, mas ele está meio zangado consigo mesmo… por ter feito isto. Porque ele sabe que não havia razão para isso. Não que alguma vez haja razão. Mas ele diz que foi quase como se não soubesse como se permitir sentir assim, entendido?»

«Mmm-hmm.»

«Mas ele não estava no estado de espírito correto. (Eles acenam com a cabeça.) Não estava a pensar. É por isso que tenho de concordar com ele que isto é uma morte "acidental" — como morrer de uma doença no sentido emocional.

«E a coisa mais estranha é que agora, do lado de lá — é quase como… mais uma vez, ele admite que não foi a coisa mais brilhante a fazer, e não estava no estado de espírito correto — o meu coração vai para ele. Mas mesmo agora ele está confuso, tipo: "Porque raio fiz eu isto?" E esta sensação de o que aconteceu?? E a questão é que ele estala os dedos para mim, assim (estala os dedos), uma coisa abrupta, do nada.

Gostava que pudessem estar dentro do meu cérebro durante dez minutos, porque ouviram esta parte do cérebro a escutar e a absorver o que ele está a dizer, mas a outra parte a dizer: Não acredito, não consigo acreditar que deixaste isto acontecer. Ele afirma, e tem toda a razão — esta sessão, nada vai curar a vossa dor. (Eles acenam com a cabeça.) É por isso que ele só espera que aquilo que ele conseguir abordar ou explicar — talvez tire um pouco a dor.

«Ele também diz que apareceu em sonhos. Insiste que esta não é a primeira vez que ouvem dele. Já ouviram dele. (Eles estão inseguros.) Além disso — podem sentir que o viram. Tipo do canto do olho, juravam que ele estava lá.»

«Sim.»

«Houve como que uma queda na morte dele?»

«Sim.»

«Não sei o que ele quer dizer, e quero manter a boca fechada por agora. Mas sinto que estou a cair. Isso contribui para a morte dele — é o que ele afirma.»

«Sim.»

«Ele fala de uma lesão na cabeça — não como se alguém lhe tivesse batido na cabeça, mas internamente. (Eles acenam com a cabeça.) Sinto o oxigénio cortado para o coração e para o cérebro. (Eles acenam com a cabeça.) Parece uma lesão. Espero que isto não deite sal nas vossas feridas, mas ele disse para si mesmo: Em que estava eu a pensar? Mas é por isso que temos de ser completamente compassivos no sentido de que ele não

estava no estado de espírito correto. Agora que está lá, e bem, de cabeça clara e sabe o que está a acontecer, consigo realmente compreender ele dizer: "Que raio estava eu a pensar?" Porque se não estamos num estado mental racional, não sabemos melhor.

«Se ele estivesse na Terra e eu o pusesse em xeque e falasse de uma vida depois disto, ele inclinava-se para dizer: "Quando morres, morreste." Teria tendência para isso. E é isto que parte o coração dele do lado de lá. Ele pensava que quando morrias, acabava-se — entravas no nada. Mas ele percebeu que não, há qualquer coisa, e ele sente as vossas reações aqui. E sente um terrível sentimento de impotência por não poder fazer nada em relação a isso.»

«Sim.»

«Muitas vezes as coisas nunca eram suficientemente boas para ele. Além disso — ele agradeceu-vos pelo memorial. (Eles acenam com a cabeça.) Muitas coisas boas a serem feitas em memória dele. Tenho a certeza de que não só por vocês, mas também por pessoas que ele conhecia. Ele fala de muitas pessoas a fazerem atos de bondade em nome dele desde que partiu. E embora diga que está mais perto de vós do que podem imaginar, e que tiveram provas de que ele está perto, ele sabe que não é a mesma coisa.

Por isso, mais uma vez — ele contactou-vos, onde sentem que o viram, ele apareceu em sonhos… ele está a tentar dar provas para vos fazer saber que está perto, e que está bem. E à irmã, ele contacta-a especialmente — obviamente vocês os dois eram muito próximos. E sabe que estás de coração partido — perguntas-te porquê, se algo o estava a incomodar, porque não falou contigo?»

«Mmm-hmm.»

«Ele sentia-se um pouco envergonhado de falar com os pais… agora percebe que não devia ter sido assim, mas havia uma parte dele que não queria que vissem as suas fraquezas. Ele fala das avós que estão com ele…»

«Sim.»

«Mãe, a tua mãe contacta-te para dizer que está com ele, porque tu lhe pediste em oração que tomasse conta dele.»

«Sim.»

«Ela diz que viu as tuas lágrimas e ouviu as tuas orações. Diz: "Por isso saibam que ele está comigo." Não vai curar nada, mas eles esperam que torne as coisas mais fáceis se souberem. Por isso eles os dois estão lá com ele, e a tua mãe diz que, como pai, sofres muito em silêncio, por isso isto é uma coisa muito pessoal entre ti e ela. Vejo São Patrício aparecer. Pode significar herança irlandesa, ou um símbolo positivo abençoado. Por isso, se o nome Patrício não vos diz nada, e não sinto que seja o caso, tomem-no como um símbolo muito positivo. E ele fala de uma enorme presença no velório e no funeral dele.»

«Sim.»

«Vejo pessoas a sair do nada. Ele vê o quanto era amado e querido. As pessoas devem ter ficado completamente horrorizadas com a notícia. (Eles acenam com a cabeça.) Ao ver isto, de vez em quando até eu sinto que não consigo falar — fico completamente atónito com o que aconteceu aqui. A menos que eu esteja a entender mal — ele não está lá há muito tempo?»

«Não.»

«Ele está definitivamente muito perto de vós nesta altura do ano. O Natal é uma época muito sentimental, e é um obstáculo difícil de ultrapassar. Ele sabe que às vezes desejam poder simplesmente adormecer e acordar depois do Ano Novo. (Eles acenam com a cabeça.) Quando a maior parte das famílias anseia por esta época do ano, vocês não.»

«Sim.»

«Mais uma vez, já o ouviram, mas ele pede desculpa pela morte dele. Não foi a coisa mais inteligente a fazer. Ele não esperava que houvesse algo depois, depois desta vida.»

«Sim.»

«É esta a coisa que me está a deixar louco: sim, não estar no estado de espírito correto, mas porque não se deu mais dez minutos? Sinto a garganta inchada, como se ele se tivesse enforcado.»

«Sim.»

«Ele só espera que saibam que ele está bem tire um pouco da dor. Também espera que não estejam zangados com ele. Porque ele está frustrado consigo mesmo. Agradeceu-vos pela plantação.»

«Sim.»

«Não disse isto antes — mais cedo, quando ele vos agradeceu pelo memorial, vi uma árvore a crescer à vossa frente. Por isso ou foi plantada uma árvore, ou algo criou raízes em memória dele. O vosso pai também já partiu, sim?»

«Sim.»

«É engraçado — quando o vosso filho chegou lá, pensou que estava a sonhar. Ele diz que pensam que estão quase… entre as duas dimensões, a achar que vão simplesmente desaparecer, e depois descobrem que não acontece. Ele volta aos tempos de escola em que vos ensinaram que a energia não pode ser criada nem destruída. Mas acho que com isto ele vai recuar. Certamente um momento muito emocional para todos vós, mas também uma libertação para ele. Tirar um peso grande de cima do peito. E ele espera que vos ajude um pouco também. Independentemente do que pensem sobre a vida depois da morte, ele é a prova de que foi apanhado com as calças na mão.

Ele não é de todo fã de religião organizada, mas diz que têm de separar uma coisa da outra — religião e crença espiritual. Mas esse é o problema das pessoas acreditarem numa vida depois desta — as pessoas normalmente associam isso à religião organizada. Ele diz-me que não há nenhuma divindade lá — não há uma presença barbuda. Há uma Presença Divina. É amor e luz. Também foi uma abertura de olhos para ele. E ele certamente precisou de algum tempo para explorar e aprender do lado de lá. Mas com isto ele diz-me que vai recuar — abraça-vos a todos com amor.

Ele sabe que isto não é uma cura total, mas abraça-vos a todos com amor e espera que saibam que ele está bem e num lugar feliz e seguro… ele admite, no entanto, que o frustra porque sabe que nunca mais serão os mesmos. Vocês certamente querem saber que ele está bem e num lugar feliz, e ele contacta os três. E… não quero rir, mas o vosso filho tem sentido de humor, e diz: “Podem até rezar por mim.” (Eles riem.) Porque isso seria completamente inesperado da parte dele. Não vos está a dizer para rezarem orações formais, mas qualquer oração o abraça com amor.

Chega às almas como presentes. Mas com isso, ele recua, e os outros também… e lá vão eles.»

—

Esta sessão foi invulgarmente perturbadora para mim. Tinha de haver mais do que isto. Nunca tinha tido uma alma que simplesmente dissesse a verdade crua e perguntasse: Que raio foi que eu fiz? Isto foi muito invulgar, e não o protocolo padrão de nenhuma sessão que eu tivesse tido no passado. A maior parte das almas que tiram a própria vida tentam suavizar alguns dos detalhes para poupar à família mais sofrimento, mas este jovem parecia decidido a explicar que nem ele sabe o que estava a pensar.

Não consegui evitar sentir pena deste rapaz, embora não devesse — no fim do dia, ele está a receber cuidados melhores do que podemos imaginar. Mas isso não pára a angústia de pensar porquê? Eu sabia que esta sessão ia ser um golpe para a família; perguntei-me se o todo ia fazer mais mal do que bem. Pensei: Não se pode simplesmente aparecer, dizer-nos que acabaste com a tua vida e que nem tu sabes porquê, e depois dizer: "Adeus, pessoal, foi divertido."

A sessão durou muito tempo naquele dia, lembro-me — e ainda assim não parecia que o Evan tinha terminado de falar. Quase parecia que ele queria continuar para sempre. Era claro que ele detestava o que tinha feito à sua bela família. E o meu coração doía por ele. Tive a sensação de que ele não tinha terminado completamente. Nada ficou resolvido, nada ficou arrumado.

Pouco depois da sessão, liguei ao Andrew, o meu coautor e diretor do programa, para falar sobre esta falta de resolução. Fiquei tão desapontado por este rapaz ter passado tanto tempo a tentar dar sentido a algo verdadeiramente sem sentido, algo que nem ele compreendia completamente. Sentia nos ossos que o Evan queria outra oportunidade de fazer as coisas bem.

O Andrew disse-me que tínhamos recebido um e-mail de Brian Nasky, no qual ele expressava educadamente algumas preocupações sobre a sessão. Escreveu que, embora a sessão os tivesse ligado ao filho, a família não sentira qualquer alívio. Ouvir o Evan tentar desculpar-se de tantas maneiras pelo que tinha feito acabou por piorar as coisas para eles. O Andrew e eu dissemos ao Brian que era bastante claro que o Evan ainda

não tinha terminado de falar e previmos que ele precisava de mais tempo para os ajudar a encontrar resolução em tudo isto.

O Andrew marcou uma segunda sessão por telefone, para que eu não reconhecesse nem eles nem o número que estava a ligar. Cabia ao Evan começar de novo. Tal como esperávamos, a segunda sessão foi completamente diferente da primeira. Desta vez, livre da necessidade de justificar as suas ações, o Evan passou a falar-nos do seu novo mundo, do que tinha aprendido e do que continuava a aprender sobre si mesmo. Foi uma melhoria notável em relação à nuvem pesada da primeira sessão — comunicámos com um rapaz em paz consigo próprio. A família, felizmente, sentiu que a sessão tinha sido curativa.

Foi interessante notar que o e-mail de Brian Nasky após a primeira sessão deixava claro que eles procuravam o tipo de conforto e sensação de paz que pode ser o resultado final de uma sessão. O que os Nasky não contavam era que a verdade crua é muito mais poderosa, e o filho deles estava determinado a dar-lhes clareza a todo o custo. Ele sentia que lhes devia isso.

As almas sabem melhor do que eu que nunca é tarde demais para ter um final feliz — mesmo que às vezes precisem de nos empurrar para permitir que falem as vezes suficientes para nos ajudar a compreender isso. Elas sabem o que fazer e quando, independentemente das nossas expectativas. É por isso que temos de confiar nelas a tarefa de nos guiar pelo caminho do conforto, da esperança e, eventualmente, da aceitação.

4

O BOM SAMARITANO JOSEPH BIDOT

No meu trabalho, às vezes sou eu que encontro as almas, mas na maior parte das vezes são elas que me encontram a mim. Nunca teria sabido do Joseph Bidot se não fosse pelo primo dele, Anthony Bidot, que trabalha nas forças policiais em Long Island, Nova Iorque, e que é meu amigo há algum tempo.

O Joseph, com dezanove anos, morreu numa colisão frontal, e não parecia haver nenhuma razão clara para o carro dele ter invadido a faixa

contrária. Nem o médico-legista, nem a polícia estadual, nem a família tinham uma ideia real do que causou o acidente.

Esta história não só me tocou emocionalmente como também despertou o meu interesse como médium de uma forma muito significativa. O Anthony contou-me que um homem, um estranho, ficou com o Joseph no local do acidente até ele partir, um detalhe que fez começar aquele zumbido na minha cabeça que me avisa que as almas se estão a preparar para comunicar. Começou a acontecer uma coisa engraçada quando o Anthony me contou a história: comecei a ver para trás através de muitas das vidas deste rapaz na Terra, até à narrativa bíblica do Bom Samaritano.

O Bom Samaritano é uma parábola contada por Jesus e relatada no Evangelho de Lucas. A parábola conta a história de um viajante judeu que é assaltado, despojado das suas coisas, espancado e deixado meio morto na estrada por ladrões. Enquanto jazia na estrada, passou primeiro um sacerdote e depois um levita. O homem acabou por ser ajudado por um samaritano, que parou para ajudar apesar de samaritanos e judeus serem inimigos na época.

Impressionou-me que havia muito mais na forma como o Joseph Bidot partiu do que um simples ato de bondade aleatório feito por um estranho. Esta reencenação contemporânea parecia mais uma ligação feita àquele incidente de há muito, muito tempo atrás.

Queria imenso conhecer alguém da família deste jovem, para que os espaços em branco do que parecia ser uma história incrível pudessem ser preenchidos. As almas disseram-me que aqui havia tanto uma história espantosa como uma verdadeira oportunidade de aprendizagem para mim, por isso contactei a família. Teriam interesse em ouvir o filho? A mãe do Joseph, a Cary, disse que sim. Não queria acreditar na sorte dela. Eu não queria acreditar na minha.

Esta é a história da Cary, com as palavras dela:

O meu filho Joseph nasceu a 25 de junho de 1991. Era uma criança que adorava pessoas. Quando era pequeno, era contador de histórias — contava-nos muitas histórias de ter vivido noutra vida. Referia-se sempre a um tempo em que era maior, noutra vida, em vez de se ver como criança. Tentava juntar peças de Lego e ficava frustrado. Em vez de dizer algo como «Estou zangado porque não consigo fazer isto», dizia: «Quando eu

era maior, conseguia fazer isto.» Uma vez vimos uma carrinha Ford azul e ele disse-nos que tinha sido a carrinha dele antes de morrer num acidente de barco. Noutra ocasião, estávamos a visitar o terreno num empreendimento habitacional onde a minha irmã ia construir uma casa e, com apenas quatro anos, o Joseph disse: «Eu conheço este sítio — conduzi uma escavadora mesmo ali.» Dizia muitas coisas invulgares que faziam referência a uma vida ou vidas antes desta, e nós geralmente atribuíamos isso a uma imaginação muito viva.

O Joseph odiava a escola no início. Era disléxico e tinha disgrafia, que é uma dificuldade em escrever. Isso tornava as coisas muito difíceis para ele na escola. A professora do jardim-de-infância foi maravilhosa com ele, mas outros professores foram muito duros. Alguns pareciam incapazes de lidar com crianças que tinham problemas de leitura ou escrita. Acho que a frustração constante teve uma influência negativa nele, e acho que isso prejudicou o desejo dele de aprender desde cedo.

Em casa éramos muito descontraídos e sem estrutura, mas a escola parecia muito exigente. Alguns professores culparam-me pelos problemas de aprendizagem dele, dizendo que eu o tratava demasiado como bebé. Devia tê-lo tirado daquela escola, mas isso foi um erro que cometi, confiando no julgamento deles. Podem ter feito com que ele se sentisse mal por aprender, mas não conseguiram apagar o espírito dele.

O Joe era uma criança precoce. Um dia estava a levar o meu filho mais velho ao acampamento dos escuteiros com o Joseph atrás. Enquanto estávamos na cabana a deixar as coisas do meu filho, o Joe correu à minha frente. Corri atrás dele e encontrei-o um pouco mais adiante, a falar com um estranho. Agarrei-o quando o alcancei e disse-lhe: «Joe, não se fala com estranhos!» E ele olhou para mim e disse: «Ele não é estranho.» E quando lhe disse: «Joe, estranho é uma pessoa que não conheces», ele olhou para mim com um ar confuso e disse:

«Mas eu conheço toda a gente! Não conheço estranhos, só amigos que ainda não conheci!» Era assim que ele era quando criança — feliz e tão independente. Um dia, os meus dois filhos mais velhos estavam a jogar futebol em dois campos diferentes no recreio. Eu estava no meio dos dois campos, a ver o Joe brincar nos equipamentos. Virei a cabeça e, um segundo depois, ele tinha desaparecido. Fiquei alarmada e chamei por ele; o jogo nos campos parou enquanto outros pais vinham ajudar a procurá-lo.

Alguns minutos depois, encontrei-o no parque de estacionamento. Perguntei-lhe porque tinha saído dali e ele disse-me que pensava que eu estava no carro. Não me via porque algumas pessoas lhe tapavam a visão no, então, sendo tão independente como era, decidiu simplesmente ir a pé até ao carro esperar por mim. Era assim que a cabeça dele funcionava o tempo todo.

Como explicar o Sr. Joe a pessoas que não o conhecem? Era um palhaço, adorava fazer rir as pessoas, adorava fazer-me rir e chocar-me. Adorava carros e sonhava ser piloto de drift quando crescesse. E adorava as raparigas.

No ensino básico, o Joe começou a ter episódios em que desmaiava. Num segundo estava bem, no seguinte caía e desmaiava. Levámo-lo ao médico e, um a um, todos os médicos nos disseram que o Joe estava apenas desidratado e precisava de água. Todas as vezes nos disseram que não era problema cardíaco. Uma vez, quando disse que tinha dores no peito, levámo-lo ao hospital. Fizeram um eletrocardiograma, mas parecia normal e, mais uma vez, disseram-nos que podia ser apenas desidratação. O Joe começou a andar para todo o lado com uma garrafa de água e fartou-se de ter de beber água constantemente; uma vez, depois de mais um diagnóstico de desidratação, disse-me: «Mãe, quanta água é que eu posso beber?» Andava com um garrafão de água para todo o lado. E quando não conseguia água, entrava em pânico, porque associava a falta de água a desmaiar.

Quando o Joe estava na universidade, tínhamos a política de que a educação era mais importante do que ter um emprego fixo. Além do dinheiro que lhe dávamos, ele ganhava algum aqui e ali fazendo trabalhos: arranjar carros das pessoas, lavagem de automóveis e, embora não fosse pago por isso, ajudar pessoas com jardinagem e cortar relva, só porque era um bom rapaz. Os amigos sabiam que podiam contar com ele a qualquer hora do dia ou da noite se ficassem apeados.

O Joe poupou todo o dinheiro para comprar o primeiro carro e nós ajudámos um pouco, para ele poder comprar o seu bebé — um Honda usado que na verdade tinha pertencido ao irmão mais velho. O meu marido levava os nossos filhos aos leilões de automóveis, comprava um carro a bom preço e os rapazes arranjavam-no. O Joe era exatamente como o meu marido nisso: era excelente com carros, embora não tivessem muito mais

em comum. Então o Joe arranjou outro carro que acabou por trocar com o irmão pelo seu bebé, o Honda. Ele adorava aquele carro — conduzia-o o tempo todo e tinha tanto orgulho nele.

O Joe adorava chocar-me ou dizer coisas que sabia que me iam fazer reagir. Era um grande brincalhão nesse aspeto. Costumava dizer: «Mãe, eu sei que vou morrer num acidente de carro, mas só quando tiver quarenta anos.» E eu dizia: «Chiu — não digas isso à tua mãe!» Mas por mais que gostasse de me chocar, também era um miúdo de bom coração. Cerca de uma semana antes do acidente, veio ver-me ao trabalho, que fica na mesma universidade onde ele estudava. Entrou no escritório e disse-me: «Mãe, só quero agradecer-te por sempre compreenderes sobre a minha namorada. Fico contente por poder falar sempre contigo, só quero agradecer-te.» Estava a duas semanas de se formar com o curso de soldadura e estava ansioso por poder trabalhar em carros e ganhar a vida.

Na quarta-feira, 1 de junho de 2011, estava a ter um dia stressante no trabalho. Tínhamos acabado de mudar para um novo sistema informático e eu estava a fazer horas extra para o pôr em dia. Tinha trabalhado todo o fim de semana anterior; a segunda-feira era feriado, mas trabalhei nesse dia também, por isso não vi o Joe no fim de semana. Ele passou pelo meu escritório nesse dia, mas eu não o vi porque estava numa reunião. Mais tarde, fiz uma pausa no trabalho para ir jantar com algumas pessoas da igreja. Enquanto falava com um dos membros da igreja, estava prestes a dizer algo sobre querer que o Joe voltasse para a igreja, mas algo na minha cabeça gritou-me: Diz qualquer coisa boa — e assustou-me tanto que nem consegui pensar no que dizer a seguir. Depois do jantar voltei ao escritório para acabar algum trabalho.

O Joe estava em casa do primo, a ajudar a tirar uma caixa de velocidades de um carro. Começou a sentir-se mal, por isso disse ao primo que ia para casa, que ficava apenas a cerca de seis quilómetros da nossa. Entrou no carro e começou a dirigir-se para casa pela Yelm Highway. Não sabemos porquê, mas de alguma forma invadiu a faixa contrária. O carro dele e um carro que vinha em sentido contrário, que aparentemente não o viu chegar e não desviou, colidiram frontalmente. O Joe morreu no local poucos minutos depois.

A notícia saiu nos media locais porque o meu filho mais velho é polícia estadual. Sabia que tinha de contactar a minha filha antes que ela

visse na televisão. Mas enquanto falava com ela, recebeu uma mensagem no Facebook sobre o irmão ter partido. Espalhou-se por todo o lado. O meu sobrinho e sobrinha, cujos pais também trabalham na patrulha estadual, sabiam, mas disseram aos filhos para não publicarem nas redes sociais. Mas vocês sabem como são os adolescentes — não entendem o conceito de esperar numa coisa destas.

Um benefício de a história ter ido para todos os media foi que saiu uma notícia no Daily Olympian online sobre o Joseph, com uma secção de comentários. Havia pessoas a especular que ele estava a exceder a velocidade, ou que havia drogas ou álcool envolvido — nada disso era verdade. Alguns amigos dele deixaram comentários, tal como a namorada, que escreveu um texto longo. A namorada recebeu uma mensagem de um homem chamado Jason a perguntar se ela era a mulher dele, e ela explicou que era a namorada. O Jason respondeu que esteve no acidente e ficou com o Joe antes de ele morrer. Deu o número de telefone e eu liguei-lhe. Ele perguntou se podia encontrar-se connosco e claro que queríamos conhecê-lo. Veio a casa e eu tinha tantas perguntas que uma mãe quer saber sobre o filho e a forma como ele partiu.

O Jason chegou ao acidente quase imediatamente depois de ter acontecido. Aproximou-se do carro e viu que o Joseph estava vivo mas em choque. Disse-nos que o Joe não parecia estar consciente de que tinha sofrido um acidente, e que tinha noção de que ele, Jason, estava lá, mas não disse nada. O Joe estava preso atrás do volante. O Jason disse-nos que pegou na mão do Joe e rezou o Pai-Nosso até o Joe partir. Ficou com o Joe até os paramédicos chegarem e levarem o Joe. Não sei se alguém consegue compreender o que o Jason fez por uma mãe naquele dia. E pelo Joe. Saber que o meu filho não morreu sozinho naquele dia é tão importante para mim.

Foi um período muito difícil para nós. Estou a lidar com as coisas o melhor que posso; continua a ser difícil, no entanto. As pessoas dizem sempre que melhora. Não é que melhore; simplesmente aprendemos a lidar melhor. A minha dor ainda lá está — a minha dor estará sempre lá, porque quero o meu filho de volta. Mas com o tempo percebo que ele não vai voltar. Durante o primeiro mês sentei-me à porta da frente, à espera que ele entrasse a dizer: «Brincadeira, mãe!» Mesmo depois de ver o corpo dele, ainda não conseguia processar que ele se tinha ido. A causa da morte foi

hemorragia interna resultante do impacto, mas depois da autópsia descobrimos que afinal ele tinha um problema cardíaco. Descobriram que o corpo dele estava a deteriorar-se porque o coração não bombeava o sangue corretamente, e ele não estava a receber oxigénio suficiente no cérebro. Pode ter desmaiado ao volante, mas não podiam afirmar com certeza. Simplesmente não pensamos que um jovem de dezanove anos pudesse ter problemas cardíacos, mas ainda acredito que, por razões que não compreendo, Deus tapou os olhos aos médicos para que não descobrissem a doença dele.

O meu marido disse-me que sente o Joe por perto. Isso parece certo, porque o Joe, dos meus três filhos, era o que melhor se dava com o meu marido. Tinham tantas semelhanças, mas nunca havia muita comunicação entre eles porque os dois podiam ser um pouco teimosos. Desde que o Joe partiu, o meu filho mais velho e o pai tornaram-se muito mais próximos.

Ainda mantenho algum contacto com alguns amigos do Joe. A partida dele afetou-os profundamente e, infelizmente, mudou um pouco a visão jovem que tinham da vida. Mas ainda dizem olá e ainda se lembram do Joe no coração.

Espero que quando chegar a minha hora de partir, o Joe esteja lá para me receber. Quero um abraço grande dele, porque o meu filho era de dar abraços. Quando as pessoas falam do que mais sentem falta do Joe, dizem-me que são os abraços. Eu também. Sempre que me via, dava-me um abraço e fazia-me rir. Sei que quando voltar a ver o Joe, ele vai dizer-me: «Já era tempo de chegares!» Algo para me fazer rir. Ou: «Tens de ver a rapariga que conheci aqui!» Algo para me chocar. Mas esse é o meu Joe. E mal posso esperar por esse dia.

A SESSÃO

«Se estão prontos, vamos começar e ver quem vem visitar. Muito bem… bem, vem visitar uma presença masculina. Na verdade, três. E uma feminina também. Naquele grupinho ali, fala-se de um jovem que partiu.»

«Sim.»

«Partiu jovem, segundo os padrões de hoje. Só para tirar isto da cabeça, fala-se de um "avô" que está com ele. Não sei se é dele ou vosso,

por isso não expliquem. Mas há conversa de um homem mais velho lá, como um avô.»

«Sim.»

«O jovem é referido como o filho que partiu. Diz "filho barra irmão".»

«Sim.»

«Na verdade, sim, ele vem como o filho que partiu, por isso presumo que seja vosso filho. E presumo que não seja filho único porque ele fala de um irmão. E… chama também pelo pai.»

«Sim.»

«Está a chamar por ti como mãe, e fala de um irmão.»

«Sim.»

«Também diz irmão e irmãos, mas o segundo no sentido carinhoso. Tipo amigos que são como irmãos.»

«Sim.»

«Fala também de uma avó que está com ele.»

«Está bem.»

«Do ponto de vista dele — e não leiam nas entrelinhas — ele meio que sentiu que podia ter sido mais próximo do pai.»

«Sim.»

«Porque o trouxe à baila, deu-me a impressão de que podem achar isso surpreendente, e depois estendeu um ramo de oliveira. E isso dir-me-ia que havia uma relação com lacunas de comunicação. Mas o ramo de oliveira seria para fechar essa lacuna do lado dele.»

«Sim.»

«Obviamente ele e o irmão são muito próximos. Entendido?»

«Sim.»

«Ele contacta-o não só como irmão, mas como bom amigo. E fá-lo porque definitivamente… ele sabe… que em relação à morte dele, sabe que o irmão sofre em silêncio.»

«Sim.»

«Agora, vêm ter convosco, assumindo que sabem do que estão a falar — por isso deixem-me só dizer que ele contacta o irmão e só espera que o irmão compreenda que ele não o podia ter salvo… que não havia nada que ele pudesse ter feito. Espero que o irmão compreenda o significado disso, porque não quero pôr palavras na boca dele. Ele fala de uma morte trágica.»

«Sim.»

«Sim, ele também… não expliquem nada… falou de estar perto de casa, tipo está a ir para casa ou a sair de casa para onde devia estar. Mas fala claramente de ter sido uma morte acidental.»

«Sim.»

«Uma distração momentânea? Entendido?»

«Sim.»

«Mas uma coisa que ele afirma, pelo menos para benefício de todos — ele está bem e num lugar feliz e seguro. Agradece-vos por rezarem por ele à vossa maneira. Não é religioso nem nada, mas isso abraça-o com o vosso amor, e podem sentir que ainda estão a fazer algo por ele. E… isto não tem nada a ver com religião, mas vejo a Virgem Maria a contactar-vos, como uma mãe enlutada para outra. Por isso espero que faça sentido para vós. Uma coisa interessante — ele só quer ter a certeza de que sabem que ele não sofreu no momento da morte. Entendido?»

«Sim.»

«Não tenho a impressão de que ele partiu instantaneamente. Ele tem, por assim dizer, alguns minutos antes de partir oficialmente.»

«Sim.»

«E agradece a alguém por ter sido bom para ele antes da partida. Continuo a ver nos Evangelhos a história do Bom Samaritano, entendido?»

«Sim.»

«Portanto, aparentemente alguém lhe proporcionou conforto e cuidado antes de partir.»

«Sim.»

«Não sei se conhecem a pessoa ou se têm algum contacto com ele, mas ele definitivamente expressa gratidão pela bondade de alguém antes da partida. Seja como for, ele chama por essa pessoa com apreço, porque alguém mostrou mesmo compaixão. Interessante… dá-me a impressão de que isto foi… hmm… parte de um quadro muito maior. Ele diz que é… estou a tentar pensar como dizer isto… é como se o vosso filho, noutra vida, tivesse feito a mesma coisa por essa pessoa que essa pessoa fez por ele. Portanto, foi meio… kármico… para dar à outra pessoa a oportunidade de fazer a bondade que lhe tinha sido feita noutra vida.

Muito interessante. Mas o principal é que, como ele não partiu imediatamente, quer ter a certeza de que sabem que ele não estava a sofrer no momento da partida, porque alguém lhe estava a mostrar compaixão. Essa pessoa foi como um anjo da guarda para ele — para o ajudar a ficar em paz porque fez a transição. Ele admite que ficou meio abalado e um pouco assustado com o que estava a acontecer. Mas diz que não houve culpa de ninguém nem ninguém para culpar — foi um acidente genuíno. Claro que isso traz desgosto para todos vós, a família. De forma geral, para ninguém se sentir excluído, ele chama também pelos amigos que considerava família no sentido carinhoso, e fala de uma grande afluência no velório e no funeral, entendido?»

«Sim.»

«Diz que pode ter havido pessoas lá que, até hoje, vocês não conhecem, mas que o conheciam a ele.»

«Sim.»

«Mas… embora tenha sido uma vida curta segundo o que entendemos, ele insiste que teve uma vida realizada. Diz que sentem que não tiveram oportunidade de se despedir, mas como ele refere, aqui não há despedidas — eventualmente vão todos nessa direção como toda a gente, e ele estará lá para vos receber.

Alguém definitivamente o ajudou a atravessar. Mas mais uma vez, como ele diz — o que é tão interessante — tinha de ser. Porque a mesma coisa aconteceu noutra vida, em que o vosso filho mostrou compaixão e cuidado a este indivíduo que estava a partir. Pode não ter sido

necessariamente um acidente — podia ter sido doença ou outra coisa — mas os caminhos já se tinham cruzado antes. E não é como se esta pessoa e o vosso filho fossem grandes amigos ou se conhecessem — é novamente como o Bom Samaritano, alguém que ele não conhecia, mas conheceu noutro tempo. Ele diz que é uma grande roda com muitos raios. Além disso… vi São José aparecer — que é um símbolo de que, apesar das circunstâncias, foi uma partida feliz. São José é o padroeiro da boa morte. Mas também aparece por causa do nome, entendido?»

«Sim.»

«Chama pela família para lhes dizer que ouviram dele. Sabe que o irmão ficou mesmo abalado com isto. Chama pelo irmão dizendo que está muito perto dele como um anjo da guarda. Mas quer que ele compreenda que não pode resolver tudo na vida por ele. E mais uma vez, quanto ao facto de ele não ter a certeza de que havia uma vida depois desta, ele está aqui para dizer que sim, há, mas no fim cada um tem de descobrir por si próprio. Mesmo nesta experiência agora — algumas pessoas vão acreditar, outras não, mas ele não está aqui para converter ninguém. No fim, vamos descobrir por nós mesmos. Mas também brinca que, quando chegar o dia e ele vos receber a todos, vão ver que ele tinha razão como sempre.»

(Ela ri.) «Sim.»

«Ele não está muito preocupado com isso. Confiança total. Mais uma vez… falando desta outra pessoa, presumo que ainda têm contacto, ou tiveram?»

«Sim.»

«Chama novamente com expressões de gratidão, porque dá-me a impressão de que este indivíduo pode achar que não fez grande coisa, mas como o vosso filho diz, as coisas simples e sinceras acabam por ser grandes do lado de lá. Também diz que apareceu em sonhos. Esta não é a primeira vez que ouvem dele. Antes de falarem comigo, já tinham provas de que ele está perto. Além disso… podem sentir que o viram.»

«Sim.»

«Há aquela sensação de que já houve uma experiência de aparição, que é realmente o topo das visitações. Como ele diz — foi o verdadeiro McCoy. Diz que às vezes sentem que podem não receber sinais suficientes

dele mas no entanto, falam com ele o tempo todo, o que na verdade é um sinal. Sentem a presença dele — já sabem quem ele é porque são a mãe dele — e esse sentimento leva-vos a falar com ele. O mesmo com o irmão.»

«Sim.»

«E mais uma vez, ele diz-me que teve uma vida realizada. Fala de avós — sem dizer nada, tenho a certeza de que alguns já partiram, mas ainda tem alguns aqui. Isto é um grande choque — não esperamos sobreviver aos nossos filhos, mas certamente um avô não esperaria sobreviver a um neto.»

«Sim.»

«Diz que passaram pelo pior e estão a viver com o pior. E depois brinca convosco a respeito do irmão… diz mãe mas não sufocar.»

(Ela ri.) «Sim. Compreendo isso.»

«Diz que sabe que é a única coisa que resta. Podem ter ouvido falar de tragédias que acontecem a pessoas mais do que uma vez. Ele sabe que muitas vezes, quando o irmão vai trabalhar, vocês prendem a respiração.»

«Sim.»

«Mas ele não me dá de todo a impressão de que o irmão vai a algum lado tão cedo.»

«Bom.»

«Isto não tem nada a ver com religião, mas continuo a ver Nossa Senhora de La Vang a aparecer aqui na sala, a contactar-vos como uma mãe enlutada para outra. É uma das minhas aparições favoritas, e provavelmente é por isso que está a aparecer assim. Ela diz que rezaram à Virgem Maria…»

(Ela não sabe bem como responder.)

«Eles referem que talvez estejam por vezes um pouco zangados com eles do lado de lá.»

«Um pouco.»

«É normal. E talvez "zangados" seja um pouco forte — talvez a palavra melhor aqui seja… dececionados. Que talvez nunca tenham esperado grande ajuda deles, exceto o melhor para os vossos filhos, protegê-los e assim por diante. E depois isto acontece, e é uma grande desilusão. Mas o vosso filho diz que eles não têm nada a ver com isso — que cada um está na sua própria jornada única, e aparentemente a dele chegou ao fim.

Mais uma vez, aquela sensação… o encontro dele com a outra pessoa, por causa do que aconteceu noutra vida… a história tinha de se repetir, isso tinha de acontecer. Mas é a mesma sensação, mesmo na outra vida, quando o vosso filho o fez por ele — eles não se conheciam. Eram estranhos. Mas ele expressa gratidão a este outro indivíduo, por isso, se tiverem algum contacto e ele estiver aberto a isto, podem dizer-lhe. Não expliquem isto, mas sinto que acabei de ouvir o nome Jay ou Jason.»

«Sim.»

«Sem me dizerem, porque o vosso filho chamou o nome… não sei se é a outra pessoa ou alguém próximo dele — não sei… mas o vosso filho chamou o nome, e espero que compreendam.»

«Sim.»

«Espero que durmam melhor esta noite. E mais uma vez… ele só quer ter a certeza de que sabem que ele não teve medo de partir. Ele sabe que às vezes tiveram medo que ele tivesse medo.»

«Sim.»

«Não se alarmem com isto, mas ele também vos impressiona para estarem atentos à vossa saúde. Mais no sentido emocional.»

«Sim.»

«Não quero rir, mas o vosso filho acabou de dizer: "Podes guardar os teus comentários para ti."»

(Ela ri.) «Sim.»

«Ele tem razão. Eu posso ser muito cético em relação a isto. Perder o vosso filho, qualquer pessoa vos poderia dizer isto. Mas ele diz-me: Qualquer pessoa não disse, fui eu que disse. Pronto. Desculpa. Ele está a

ficar um pouco irritado comigo, mas também o faz porque na verdade é um doce e está a usar humor para saberem que é ele.»

«Sim.»

«Ele sabe que têm os vossos dias. Sabe que desejam que as coisas se despachem. Mas diz que ainda não é suposto estarem lá, e lembrem-se apenas que todas as noites quando se deitarem, digam a vós mesmos: mais um dia perto, menos um dia. Não há conceção de tempo do lado de lá… por isso para ele é como se viessem amanhã. Embora para nós não seja o caso. Eventualmente, quando partirem, vão sentir realmente que ele partiu num momento e vocês seguiram no momento seguinte. Ele parece ser o tipo de rapaz que encontraria o caminho e faria amigos muito rapidamente.»

«Sim.»

«Ele definitivamente instalou-se. Brinca comigo que sim, ele sabia que ia partir, e quando lá chegou precisou de conhecer o bairro. Parece ter-se ambientado muito bem. Só não quer que as pessoas sintam que foi enganado na vida como nós pensaríamos, por causa da idade jovem. Ele cumpriu a jornada dele aqui. Uma coisa que ele afirma, no entanto, quando olha para este mundo do lado de lá, é que não tem saudades de toda a treta que se passa aqui.»

(Ela ri.) «Sim.»

«Não o posso culpar por isso. Mas também vos pede que se consolem lembrando que têm um filho que está completamente bem e numa existência feliz e positiva. Não têm de se preocupar com ele. Com isto, acho que ele vai recuar — rapaz, ele não perde tempo, foi direto ao assunto. Mas certamente pede que continuem a rezar por ele, e chama pela família e pela família no sentido carinhoso, amigos, e assim por diante — mais uma vez, que ele está bem até nos voltarmos a encontrar, o que eventualmente acontecerá um destes dias. Fala de vocês trabalharem…»

«Sim.»

«…o que ele meio que se alegra que façam. Está preocupado com o facto de poderem pensar demasiado. (Ela ri e concorda.) A questão é — talvez tenham pensado em tirar algum tempo e ficar em casa durante um bocado, mas ele está a tentar dissuadir-vos disso. Tem medo que, se

tiverem demasiado tempo para pensar, seja exatamente isso que façam. Quer detestes ou não o teu trabalho, ele tem os seus propósitos terapêuticos. Distrai-vos.»

«Sim.»

«Além disso, é um sinal de que a vida segue em frente. Mais uma vez, cada dia é menos um dia e mais um dia perto, até nos voltarmos a encontrar. Fala de animais de estimação que já partiram também.»

«Sim.»

«Eles estavam lá antes dele. O que me deixa sempre feliz ouvir. Estavam lá para ajudar a recebê-lo, e isso contribuiu para tornar a partida feliz, porque instantaneamente vos põem à vontade. Seja como for, ele diz-me que precisa de recuar, por isso não devo lutar contra isso tentando agarrá-lo. Mas certamente abraça-vos com amor, e chama pelo irmão e pelo pai, amigos, aquela com quem ele andava — todas as pessoas que deixou para trás — e quer assegurar-vos a todos que está bem e num lugar seguro e feliz até nos voltarmos a encontrar. E com isso ele recua, e os outros também, e lá vão eles. E lá se foi — mas só de mim.»

Histórias como esta fascinam-me sempre, e por diferentes razões. Primeiro, adoro ouvir falar do mundo-dentro-do-mundo que as almas ajudam a criar para que ninguém se sinta abandonado no momento da partida. Também fica muito claro com histórias como esta que simplesmente não há acidentes na Terra. Quando são precisas, as almas movem céu e terra para pôr alguém onde precisa de estar para nos ajudar a ajudar-nos a nós próprios, mesmo que seja para nos ajudar a fazer a transição para o mundo do além.

Outra razão pela qual achei esta história tão fascinante é que as almas raramente querem mencionar a reencarnação. Têm medo de serem mal compreendidas quanto ao motivo de voltarmos à Terra depois da alegria e beleza do além. Um dos medos delas é que possa ser possível uma alma ter reencarnado noutra vida antes de termos oportunidade de a voltar a ver. Este é um medo comum entre os enlutados, e fico contente por ter mais uma oportunidade de dizer às pessoas que isso simplesmente não acontece. As almas não voltam e não voltarão à Terra no que deve ser um piscar de olhos, mesmo que isso signifique cinquenta ou sessenta anos do nosso tempo. Mal tiveram tempo de lá chegar e desfrutar dos frutos do seu

trabalho duro nesta vida — porque raio haveriam de partir tão depressa? Não partem. Não o farão. Também continuam a sua educação e crescimento espiritual na alegria e beleza do além, por isso ninguém lá tem especial pressa de voltar aos perigos e armadilhas do nosso mundo.

Mas ocasionalmente falam-nos de vidas diferentes para nos ajudar a compreender que nós, como pessoas, estamos muito mais ligados do que pensamos. O Joseph tinha toda a razão quando disse, ainda pequeno, que os estranhos são apenas amigos que ainda não conhecemos. Muitas almas na Terra são pessoas com quem podemos ter interagido noutra vida. Às vezes os papéis mudam, e as circunstâncias mudam sempre, mas continuam a ser almas que conhecemos, mesmo que não conscientemente. Isso só nos ajuda a compreender que o padrão e o tecido de cada uma das nossas vidas não é tão aleatório como possamos pensar, e que as bondades feitas numa vida podem ter resultados de longo alcance.

5

DEVIA TER SABIDO MELHOR SARAH ZIERING

A mente humana é o centro do nosso universo físico, e esse centro cria beleza, compreensão e amor dentro de nós e para o resto do mundo. De muitas formas, a mente é para o nosso ser físico o que Deus é para as almas — a fonte de toda a energia, esperança, paz e alegria.

Tal como a mente pode ser usada como uma ferramenta de grandeza dentro de cada um de nós, também pode, por vezes, ser uma arma que usamos contra nós próprios. É possível destruir toda a beleza, pensamento e harmonia com uma série de pensamentos infelizes e pouco saudáveis. O que a mente construiu dentro de nós pode usar para nos destruir.

Quando isso acontece, devido a circunstâncias tanto dentro como fora do nosso controlo, corremos o risco de cair por uma porta na nossa jornada da qual talvez nunca mais consigamos voltar, matando literalmente o coração e a alma da nossa própria existência. Em sessões anteriores, almas disseram-me que "morreram de coração partido" ou que "desistiram", mas esta circunstância foi peculiar tanto na forma como aconteceu como no facto de ter acontecido a alguém que devia ter sabido melhor. Algumas histórias como esta não têm um final feliz. Felizmente, esta tem, e foi com

prazer que desempenhei um pequeno papel na viagem de regresso da alma por uma porta não intencional.

Conheço a Sarah Ziering há muitos anos e considero-a uma das minhas melhores e mais confiáveis amigas. Parecia que o destino teve uma mão em juntar-nos.

Conheci a Sarah "sem saber" uma noite numa sessão de grupo, onde ela acompanhou uma paciente sua que estava com dificuldade em lidar com a perda. Mesmo que se tivesse apresentado depois, eu não me lembraria — depois de uma noite de almas a entrar e sair a grande velocidade, todas a precisar e querer contactar a família, os rostos das pessoas na Terra parecem fundir-se. Mostrem-me uma alma que falou comigo e essa pessoa eu lembrarei. Mas pessoas na Terra? Nem por isso.

No dia seguinte ao programa, recebemos um pacote por entrega especial no escritório. Era uma caixa de vinho. Junto com o vinho vinha uma bela nota manuscrita em papel de qualidade. Dizia: «Obrigada pela vossa bondade e por ajudar uma das minhas pacientes. És verdadeiramente extraordinário. Um presente de espíritos para os espíritos. Sarah Ziering, MD.» Guardámos o belo cartão para que eu pudesse escrever uma nota de agradecimento e incluir um cartão de oração para a mulher que as almas agora me faziam lembrar que era paciente da Sarah.

Duas semanas depois, tínhamos marcado um Fim de Semana de Luto em Família, durante o qual passamos um fim de semana inteiro com famílias enlutadas. O programa contava com oradores notáveis e conselheiros de luto, e incluía uma sessão comigo para cada uma das famílias. Dois dias antes do fim de semana, soubemos que a nossa conselheira de luto tinha partido um pé e não poderia falar no programa. Lembrei-me imediatamente da nota e pedi ao Andrew que ligasse à Dra. Ziering para ver se estaria disponível naquele fim de semana, já que era local. Como psiquiatra, sabia que ela poderia falar volumes sobre a fisiologia do luto, e por sorte, ela estava disposta e capaz de nos ajudar.

Conhecer a Sarah é conhecer uma mulher com muitos corações. Ela consegue ser tão objetiva e intuitiva em relação à espiritualidade como em relação à ciência. Não há modalidade que ela não explore por um paciente necessitado, e é uma das pessoas mais eruditas e articuladas que já conheci. Honesta, compassiva e generosa, uma vez disse-me com absoluta seriedade

e sem nenhuma ironia: «George, tu consegues em dez minutos o que a mim pode levar dez anos a descobrir.» O que começou naquele sábado tornou-se uma amizade de que ambos temos dependido muitas vezes ao longo dos anos desde então.

A Sarah teve muitas sessões, em diferentes circunstâncias ao longo dos anos, mas esta sessão em particular destacou-se. Esta sessão ia ser sobre ela — não facilitada por ela, nem moderada por ela para outra pessoa. Queria que ela ouvisse das almas algo que a beneficiasse diretamente, e não apenas parentes com saudações, um machado para afiar, ou uma mensagem para alguém aos seus cuidados. Isto seria tudo sobre a Sarah.

Há alguns anos, ela esteve doente com cancro. Mostrou uma cara corajosa no hospital, mas eu sabia que estava aterrorizada. No quarto dela no Hospital St. Francis, conseguiu pôr-se de pé para me cumprimentar apesar de ter tido uma grande cirurgia apenas alguns dias antes. Olhei para ela com atenção e reparei em algo muito estranho: parecia estar a brilhar, como se algo a cobrisse com um belo véu de proteção. Virei-me para o Andrew e disse-lhe: «Gostava que ela soubesse.» E ele perguntou: «Soubesse o quê?» E eu respondi o que as almas me disseram: «Que ela está bem. Ela está bem, só que ainda não o pode saber. Precisa de curar. Tem um longo caminho pela frente.»

Esta é a história da Sarah, com as suas próprias palavras:

Nasci na cidade de Nova Iorque e fui criada por uma mãe solteira. O meu pai tinha uma doença psiquiátrica grave. Os meus pais conheceram-se na Universidade de Columbia; depois disso, o meu pai foi para a faculdade de Direito e casaram-se. Engravidaram bastante rápido depois do casamento. O meu pai já tinha algum historial de depressão antes de casarem, mas acho que ter um filho foi mais do que ele conseguiu aguentar. Desenvolveu… não tenho a certeza exata do que foi… esquizofrenia, perturbação bipolar… algo mau.

Basicamente, foi desencadeado pela minha mãe engravidar de mim. E esse foi o início do seu desmoronamento. O casamento deles desfez-se. Ele ficou seriamente psicótico e louco, e ela teve a bebé. Os meus avós não tinham muito dinheiro, mas disseram à minha mãe para voltar para casa com a bebé e divorciar-se. Mas mesmo com a aprovação dos pais dela, ela tornou-se a ovelha negra do resto da família dela e da dele por ter feito isso.

A família dele não queria o divórcio — queriam que ela ficasse com ele e tomasse conta dele. Entretanto, ele estava completamente louco, e o meu avô materno, que realmente me salvou a vida, disse à minha mãe que ela não podia deixá-lo sozinho com uma bebé enquanto saía para trabalhar para nos sustentar. O meu avô estava preocupado que o meu pai estivesse tão doente que pudesse atirar-me pela janela. Então divorciaram-se, fomos viver para casa dos meus avós e a minha mãe foi trabalhar. Ela sofreu mesmo muito — era mãe solteira, era uma desgraça na família por se ter divorciado e, além dos pais, ninguém de nenhum dos lados era muito compreensivo. E ela ficou muito magoada emocionalmente por ele ter adoecido, porque o amava.

Mas teve de lutar sozinha com o trabalho, a vida e uma menina pequena. Quando eu tinha três anos, a minha mãe tinha poupado dinheiro suficiente para voltarmos para Nova Iorque. Havia coisas de que gostava muito quando era pequena: adorava desenhar, tinha aulas de dança e adorava as artes. Tive, no entanto, uma série de infeções — infeções renais e de garganta — e tive de tirar as amígdalas. A minha mãe ia de médico em médico para tentar perceber porque continuava a ter estas infeções; finalmente, encontrou uma médica homeopata.

A médica era uma senhora alta, muito régia, idosa, com cabelo prateado apanhado num carrapito. Examinou-me e depois disse à minha mãe para me tirar o leite. Assim que a minha mãe o fez, todas as infeções desapareceram. Mesmo na minha tenra idade, fiquei muito impressionada com aquela médica e com a capacidade dela. Pensei: Gostava de fazer isso. Gostava de ser a médica para quem as crianças vêm e que consegue perceber o que se passa e pôr tudo direito. Ela foi uma influência precoce e muito forte em mim. Na altura não pensei que queria ser médica necessariamente, mas a imagem dela ficou na minha mente.

Quando tinha sete anos, a minha mãe voltou a casar. Era um maravilhoso artista italiano católico. Eu adorava-o e ele adorava-me. Era tudo o que uma menina pequena e solitária poderia querer de uma figura paterna, e estava sempre lá para mim. Amava a minha mãe e amava-me a mim. Mas um ano e meio depois de casarem, desenvolveu cancro nos testículos e morreu. A minha mãe ficou incrivelmente deprimida depois disso — já ia 0-2 com maridos. Também tentou preencher o vazio comigo depois da morte dele — arranjei um gatinho e depois um cãozinho. Fez

tudo o que pôde para me animar. Decidiu também inscrever-me numa escola privada. Esta escola privada era muito artística — faziam muito desenho e pintura, escrita e música — por isso era uma escola ótima para mim. Embora adorasse tudo o que fosse artístico, também adorava as aulas de ciências. Achava as ciências muito giras. A minha mãe tentou mesmo dar-me tudo o que podia — escola privada, campos de férias, viagens — e era membro da Fundação Gurdjieff, que era um tipo de escola muito espiritual. A Fundação Gurdjieff, com o seu foco nas artes, espiritualidade, inteligência, autoconhecimento e sabedoria, foi a base da minha infância.

Tive boas notas no secundário e entrei em Harvard. Embora fosse muito artística no secundário, decidi que queria estudar ciências quando cheguei a Harvard. Embora adorasse as artes, sentia que as disciplinas eram muito subjetivas. Havia sempre uma falta de verdade objetiva. Com as ciências, há sempre uma resposta, e a ciência é muito resoluta. Pensei que queria fazer investigação científica porque tinha um amigo do secundário que se tinha tornado investigador científico, mas quando comecei o caminho da investigação, descobri que não gostava assim tanto. Era solitário estar sentada num laboratório sozinha o dia todo.

Então pensei no pré-médico, lembrando-me da médica holística que tinha adorado quando era pequena, e conseguia mesmo ver-me a tornar médica e a ajudar pessoas. Fiz as cadeiras do pré-médico e licenciei-me em biologia. Acabei por entrar na Faculdade de Medicina de Harvard, o que foi bastante fixe. Na verdade não sabia que estava interessada em ser psiquiatra, mas quando fiz as rotações clínicas pelas diferentes áreas da medicina, descobri que o meu interesse e paixão estava em falar com as pessoas e ajudá-las com os seus problemas emocionais.

Não via o meu pai desde o divórcio dos meus pais e, à medida que crescia, isso começou a tornar-se mais um buraco na minha vida. Acho que parte da razão por que achei a psiquiatria tão importante foi a influência que a doença mental do meu pai teve na minha vida. Entrei no programa de psiquiatria do Hospital St. Vincent, onde fiz o internato e a residência, e comecei a pensar: E se o meu pai entrasse nesta urgência como paciente? E se ele entrasse depois de vinte e cinco anos e eu tivesse de tomar conta dele?

Começou a incomodar-me não o ter visto há tanto tempo e nunca ter havido esforço da parte dele ou da família dele para me ver ou encontrar.

Comecei a fazer perguntas na minha família, mas ninguém queria dizer-me onde ele estava. Mas sempre tive esta sensação forte sempre que estava no Upper West Side de Manhattan de que ele estava perto, e com a ajuda da minha mãe conseguimos procurar alguns registos públicos dele. E encontrei-o — estava num hotel de quartos individuais degradado, a viver na sujidade, quase como um sem-abrigo, e vestido de farrapos. O meu projeto seguinte foi pô-lo de pé e ganhar a confiança dele. E consegui — empreendi um projeto inteiro de reabilitação para o pôr bem, e ele ficou. Continuei a escola, conheci o homem com quem acabaria por casar, formei-me e depois pus-me a criar a minha própria família.

A minha melhor amiga enquanto crescia era uma rapariga da minha idade que vivia no mesmo prédio que eu. Ela e eu estávamos na primeira classe e o irmão dela estava no jardim-de-infância. Os três éramos os melhores amigos. O Jeff e eu sempre nos demos incrivelmente bem. Ele era engraçado, fixe, giro e adorava-me. Ela era a minha melhor amiga e ele era o meu melhor amigo. Sempre tive um fraquinho por ele embora fosse um ano mais novo do que eu, e sabia que ele gostava de mim. À medida que amadurecemos, era bastante óbvio para as pessoas que gostávamos um do outro.

Quando fiquei mais velha, a minha cabeça começou a pensar que poderia ser bom passar ao nível seguinte com ele. Era mesmo como uma alma gémea. Quando chegou a altura de ir para a universidade, eu tinha entrado em Harvard e ele estava no último ano do secundário. Quando chegou a altura de ele se candidatar às universidades, foi aceite nas três universidades de primeira escolha, incluindo Harvard. Quando recebeu todas as aceitações, ligou-me e disse: «Entrei em todas as melhores faculdades — para onde achas que devo ir?» E eu disse-lhe para vir para Harvard, pensando que este poderia ser o nosso momento juntos para começar uma relação.

A irmã dele esperava que ele fosse para Yale, onde ela estava inscrita, mas ele escolheu Harvard. Disse-lhe que estava tão entusiasmada por ele vir, e ela disse-me: «Sarah, por favor — não durmas com o meu irmão a menos que tencione casar com ele, porque ele ama-te.» Isso pesou muito em mim porque ela era a minha melhor amiga. Ele vinha de uma família episcopaliana que, embora me adorasse e eu jantasse mais vezes em casa deles do que na minha, eram muito claros nas suas opiniões sobre não

quererem associar-se a judeus. Eram WASPs de alta sociedade e muito preocupados com o seu estatuto social, por isso tinham opiniões muito paroquiais sobre certas pessoas. Era estranho e por vezes louco — eram completamente esnobes com a minha mãe, uma mãe judia solteira, mas ao mesmo tempo adoravam-me a mim. Mas deixaram bem claro várias vezes que, no que dizia respeito aos filhos e ao casamento, ser judia era um grande problema.

Foi por isso que a ideia de eventualmente casar com aquela família, mesmo tendo sentimentos reais pelo Jeff, ia ser muito difícil, somado ao facto de a irmã dele me ter feito prometer que não seria íntima com ele a menos que pensasse que acabaríamos casados. Tinha familiares que mal sobreviveram à Segunda Guerra Mundial, que fugiram para salvar a vida, e parte da família da minha mãe tinha sido dizimada por Hitler e Estaline. Por isso, na minha cabeça, isso era impossível. Para evitar que as coisas com o Jeff avançassem mais, despachei-o quando ele veio para Harvard. E, como resultado disso, ele deixou de falar comigo.

Conheci o meu marido quando estava no quarto ano de medicina. Tive de tirar o Jeff da cabeça embora tivesse muitas saudades dele — ainda o considerava um dos meus melhores amigos. Através da irmã dele, via-o de vez em quando, e os três ainda nos divertíamos, mas lá no fundo sabia que ele estava zangado comigo. Sabia porque ele estava zangado, mas fingi que não sabia. Reprimi os meus sentimentos o suficiente para me permitir conhecer outra pessoa. E conheci — um homem giro que era um ótimo médico e um pianista talentoso, e judeu. Fiquei louca por ele, e ele amava-me loucamente.

Um dia estava a transbordar para um colega interno de psiquiatria sobre o meu novo namorado, e depois de me ouvir falar e falar, ele disse-me: «Sabes a única coisa que não mencionaste? Não mencionaste que o amas.» E embora me tivesse defendido e defendido o meu amor por ele, achei interessante que alguém tivesse percebido isso. Mas eu amava-o — claro que sim. Acabámos por casar, e o Jeff veio ao casamento porque ainda éramos considerados amigos, e convidei toda a família dele.

O meu marido e eu tínhamos um pequeno apartamento onde convidámos as pessoas para virem depois do casamento celebrar connosco enquanto abríamos os presentes de casamento e bebíamos champanhe. A última pessoa a sair foi o Jeff. Éramos eu, o meu marido e o Jeff sentados

ali, até o meu marido lhe dizer que estava na hora de ir. Ele levantou-se relutantemente e despediu-se. E foi aí que aconteceu — quando ele se levantou para ir à porta, senti o meu coração partir-se em mil pedaços no peito. Ficou-me claro naquele preciso momento o quanto o tinha magoado.

Os primeiros anos do meu casamento foram maravilhosos. Éramos uma ótima equipa e muito compatíveis. Mas o que comecei a perceber sobre o meu marido era que tinha um certo nível de egocentrismo em que simplesmente não conseguia sentir o que os outros sentiam. Tinha uma atitude de "eu primeiro" que vinha de ser o único filho homem na família dele. Podia ser arrogante e narcisista, qualidades que não tinha notado antes de casarmos. Tornou-se especialmente evidente quando nasceu o meu primeiro filho.

O meu filho tinha quase um ano quando o pai do meu marido, um homem que era quase obsessivamente ligado ao filho, morreu. Foi quase como se o meu marido tivesse transferido esse vínculo obsessivo para o nosso filho. Embora tivéssemos mais três filhos, nenhum chegou perto do tipo de ligação que ele formou com o meu filho mais velho. Começou a incomodar-me um pouco, não só porque se tornou óbvio para os outros filhos, mas porque senti que também eu tinha sido suplantada por essa relação. Comecei a sentir-me um pensamento secundário. Um dia confrontei-o sobre isso num restaurante.

Ele tinha um certo mau génio que o fazia zangar-se muito às vezes, até na frente das crianças, mas não era do tipo que fazia escândalos em público, por isso era seguro. Falámos sobre a obsessão dele pelo nosso filho mais velho; o facto de ele não saber qual era a minha cor favorita ou o meu perfume; o facto de ele achar que, porque todas as necessidades dele eram satisfeitas, tínhamos um casamento perfeito. A conversa tomou um rumo inesperado: ele disse-me que odiava a vida dele e que precisava de fazer algo por si próprio porque não encontrava realização — queria trabalhar em produções teatrais como diretor musical. Então, porque queria fazê-lo feliz e o nosso casamento um sucesso, mexi céu e terra para fazer acontecer. E aconteceu — dirigiu um musical na nossa sinagoga local. Foi um grande sucesso, e ele ficou muito feliz.

A seguir, teve a oportunidade de se tornar diretor musical na escola onde os meus filhos estudavam. O trabalho parecia perfeito para ele, por isso encorajei-o a aceitar. A diretora do espetáculo era uma mulher jovem

cerca de vinte anos mais nova do que ele, e definitivamente o tipo de mulher que ele achava gira. Basicamente, era o meu oposto físico — loira, olhos azuis, animada — o tipo de mulher que ele me apontava na rua como sendo o seu tipo. Ele ficou seriamente apaixonado por ela, e tornou-se a única coisa de que gostava de falar, até em casa. No início parecia inocente, mas começou a tornar-se muito invasivo nas nossas vidas. Mas eu sabia que ele adorava o programa de teatro e que o fazia com os nossos filhos, por isso deixei, relutantemente, continuar.

Entre a paixão do meu marido pelo meu filho e agora por esta mulher jovem, comecei a sentir-me sem esperança, como se estivesse a descer na lista de importância. Havia tanto para fazer na gestão da vida da nossa família, e tudo parecia recair sobre os meus ombros. Encontrava-me a tentar cada vez mais manter tudo junto, pelos filhos, pela casa, pelo meu marido, pelo meu próprio trabalho, mas parecia uma batalha perdida. Nada do que fazia parecia fazer grande diferença para ele. Tentei dizer-lhe algo sobre o facto de ele falar incessantemente desta mulher e de toda a diversão que tinham juntos no teatro. Sei que ele não dormia com ela, mas parecia ter perdido todo o interesse em mim e em tudo o resto exceto nos interesses dele. Ele explodiu comigo e transformou-se numa cena feia e desagradável.

Lembro-me de estar no duche uma manhã e pensar no que aconteceria se me divorciasse. Pensar em ter de criar quatro filhos sozinha, tal como a minha mãe tivera de fazer comigo, e em como o meu marido poderia virar os filhos contra mim por me divorciar dele, comecei a entrar em pânico. Sabia como era ser mãe solteira — tinha crescido com uma. E sabia como era ser completamente abandonada por uma família, porque tinha acontecido à minha mãe.

Estava completamente sem esperança e comecei a perguntar-me se valia a pena continuar, aqui, ou sequer. Pensei: Devia era ter cancro e morrer. Tudo parecia correr mal, e eu era incapaz de ver qualquer alternativa à minha situação terrível. Comecei a sentir-me encurralada. Sei que estava a ser emocional e claro que não pensava que alguma vez pudesse desejar o mal a mim própria, mas comecei a lembrar-me daquela manhã quando, apenas alguns meses depois, comecei a sentir-me muito cansada e a apresentar alguns sintomas de doença. Sabia que algo estava muito errado.

Fui diagnosticada com cancro do cólon que tinha metastizado para o fígado. Os médicos disseram-me que não havia nada a fazer quanto ao cancro no fígado, e lembro-me de sentir como se estivesse a deslizar por uma parede de rocha sem apoios para as mãos. Ia morrer, e não havia nada a que me agarrar. Deram-me 50 por cento de hipóteses de sobrevivência. Quando contei ao meu marido, ele ficou furioso comigo. Estava zangado porque, sendo ele próprio médico, a minha doença o fazia parecer mal de alguma forma.

Tratou aquilo como se eu tivesse tentado o suicídio. Como se tudo fosse culpa minha e o estivesse a incomodar. Disse-me: «Isto é sempre mais difícil para o cônjuge do que para o doente», e eu pensei: A sério? És tu que tens de ir para debaixo da faca? És tu que tens de fazer quimioterapia? És tu que vais para casa com um cateter implantado no peito? Isto é mais difícil para TI? Não foi grande ajuda nas semanas seguintes. Fiz cirurgia para remover o cancro do cólon e do fígado e seis meses de quimioterapia — um regime muito duro logo após uma cirurgia muito dura.

Mas durante a cirurgia aconteceu algo que mudou tudo — senti que tive uma experiência de quase-morte. Senti-me a deixar a Terra, e lembro-me de pensar: Bem, lá se vai. Mas quando cheguei ao sítio para onde ia, quem quer que estivesse à minha volta parecia preocupado. Ainda não estás pronta, pois não?, perguntou um deles. Não, disse eu em voz alta. Não quero morrer. Não posso morrer. Tenho um bar mitzvah para organizar para o meu filho… e, assim, comecei a sentir alguma dor enquanto acordava da anestesia depois da cirurgia.

Não queria morrer, por isso tinha de encontrar uma maneira de viver. Decidi que, se ia tentar sobreviver a isto, precisava de limpar a minha consciência e remover qualquer negatividade da minha vida. Escrevi cartas a pessoas que sentia ter prejudicado e liguei a pessoas com quem talvez não tivesse sido a melhor. Também sabia que tinha de acertar contas com a minha consciência em relação ao Jeff, porque ele nunca soube porque me tinha afastado dele tantos anos antes. Toda aquela situação ainda pesava muito em mim. Lembro-me de estar sentada no chão do quarto a tentar arrancar isto tudo das minhas entranhas. Tinha despachado aquele rapaz por causa de tantas coisas — a minha mãe, a mãe dele, a irmã dele, a família dele, a minha família — tudo menos uma coisa — por causa de

qualquer coisa que eu sentisse. Não podia ter previsto se a nossa amizade teria evoluído para casamento ou não, mas a coisa do marido judeu estava tão firmemente plantada no meu cérebro que não conseguia ver mais adiante para saber o que era a coisa certa a fazer. Mas estava claro que a vida tinha um plano diferente para ambos. Disse a mim mesma que tinha de ligar ao Jeff e pedir desculpa e contar-lhe a história verdadeira, independentemente do que ele fizesse com isso. Ainda éramos amigos e ainda éramos cordiais.

Falámos durante muito tempo. Ele não quis reconhecer na conversa que me amava na altura, mas compreendo porquê. Ele também é casado e tem filhos — mas lembro-me de tantas vezes em que ficou claro que tinha sentimentos reais por mim. Contei-lhe os meus sentimentos e contei-lhe porque as coisas tinham acontecido como aconteceram, e que não tinha nada a ver com ele. Depois de eu falar, houve um longo silêncio ao telefone, e depois ele disse simplesmente: «Obrigado.» E sei que ele me ouviu.

Limpei a minha consciência de tudo o que consegui pensar na minha vida, e agora sabia que era altura de limpar a minha alma. Na noite antes da quimioterapia, fui à mikvá — um banho ritual de purificação na tradição judaica. E rezei para ser curada. Não queria morrer — percebi que me tinha feito adoecer a mim mesma, mas não queria morrer, nem agora, nem sequer naquele dia no duche. Estava apenas encurralada e sem esperança.

Decidi fazer o que quer que Deus quisesse que eu fizesse. Na mikvá tive uma experiência extraordinária — depois de ser inspecionada e de me certificarem de que estava perfeitamente limpa para entrar no banho, olhei para a piscina e vi que não havia água. Perguntei à atendente quando iam pôr a água, e ela disse: «Olha, a água já lá está.» A água era tão limpa e tão clara que eu literalmente não a conseguia ver. E soube que era um sinal de que eu ficaria limpa.

Alguns meses depois da minha cirurgia, o George Anderson escreveu-me uma carta. Disse que estava preocupado comigo e que tinha tido um sonho que envolvia a Virgem Maria. No sonho, disse à Virgem Maria: Estou preocupado com a minha amiga Sarah, e a Virgem Maria disse-lhe: Ela está limpa. Era exatamente a palavra que eu tinha visto como sinal naquela mikvá. Ela disse ao George que tinha oferecido uma oração em meu nome e deu-lhe o texto da oração. O George escreveu que perguntou à

Virgem Maria como dizer à Sarah quem ela era, já que eu sou judia e a Virgem Maria é um símbolo do cristianismo. Ela respondeu-lhe: Diz-lhe apenas que é a Senhora de Lourdes. Rezo a oração que ele transcreveu na carta todos os dias, e até a mandei imprimir para poder vê-la todos os dias no meu quarto. Ele também me enviou outra prenda, uma estátua de um anjo, que descobri mais tarde ser Metatron, que ele disse que o meu guardião lhe tinha instruído enviar. É uma das minhas possessões mais preciosas.

Desde aquele período terrível que tenho estado livre de cancro. Também senti uma enorme sensação de realização por já não carregar nenhuma dor nem segredos, especialmente a dor que trazia por causa do Jeff. Sinto-me clara. Em paz, tal como me disseram. Enfrentei o cancro e enfrentei as questões com o Jeff, e decidi que, pela minha própria paz, tinha de enfrentar os problemas com o meu marido de frente. Até aquele momento, estava a esforçar-me demais por ser compreensiva e apoiadora, e todo esse tempo estava a perder-me a mim mesma — e quase a vida — no processo. Confrontei-o, e inicialmente não correu bem: ele ficou completamente louco.

Mas desta vez isso não me afetou porque eu estava muito mais forte e muito mais consciente do custo de simplesmente ceder, esquecer, perder-me na casa e na família, e não viver também para mim e para as minhas necessidades. Meti-me em terapia e estou a defender-me. O meu padrão de sempre capitular acabou, e a mudança fez um mundo de bem.

Gradualmente, ao longo dos últimos dois anos, as coisas melhoraram, e voltámos a trabalhar juntos como casal. Sinto que já percorri um longo caminho, e há coisas na minha vida que sei que quero perseguir para mim mesma. Adoro o que faço, adoro ajudar pessoas, e adoro a minha família. O que virá ao meu encontro? Não tenho a certeza, mas sei que tenho uma razão para viver — e não se trata de psiquiatria, nem de romance, nem de família — trata-se de servir Deus. Onde Ele precisar de mim, e quando, é aí que eu, e a minha vida, estaremos.

A SESSÃO

«Muito bem, vamos começar e ver quem vem visitar-nos. Hmm… tenho a certeza de que não vais ficar chateada com isto, mas até agora só se apresentou uma presença angélica. Vou ser honesta contigo: pode haver

família e parentes, mas parecem estar a manter-se em segundo plano. Como o indivíduo diz… é um masculino… a melhor maneira de me fazer compreender é referir-se a si mesmo como uma "presença angélica".»

«É um anjo da guarda?»

«…Sim, porque ele diz que precisavas de um. (Ela ri-se.) Em toda a linha. Parece que tem sentido de humor, porque diz que precisavas de um. Nos últimos anos. Interessante… ele diz que estás a começar a libertar-te… não que sejas uma pessoa egoísta — sempre tentaste manter toda a gente feliz. Mas agora estás a começar a fazer-te feliz a ti primeiro… não há nada de errado com isso. Ele diz que ouves os problemas de toda a gente — quem ouve os teus?»

«Sim.»

«Isto não está a ser dito de forma negativa — até com a família começaste a libertar-te. Há dias em que já não aguentas mais a tua própria família. Ele afirma — e pode ser um sentimento justificado — que estás sempre a dobrar-te para trás pela família e a sentir-te pouco apreciada.»

«Sim.»

«Incluindo os mais novos. Não me quero rir, porque ele usa uma expressão antiga, mas diz-me que não és a "cozinheira-chefe e lavadora de biberões" de toda a gente.»

«Sim.»

«Ele leva-me de volta à altura em que estiveste doente. Que tinhas internalizado ansiedade, sentimentos de falta de apreço. Havia uma parte de ti que sentia que já tinhas tido o suficiente, mas não sabias o que fazer quanto a isso.»

«Sim.»

«E vou ser honesta contigo — isto é interessante — ele diz-me que poderias ter partido devido à tua doença. Mas tiveste uma experiência que consideraríamos uma experiência de quase-morte.»

«Sim.»

«A experiência ajudou a despertar coisas em ti. Foi-te apresentada a oportunidade de ficar ou de partir. E ele diz-me claramente — se tivesses

dito que já tinhas tido o suficiente na Terra, teriam dito "Está bem". Mas foste tu que disseste que querias voltar.»

«Sim. Foi exatamente o que aconteceu.»

«Engraçado… ele diz que foi por isso que ficaste boa. Diz-me que, tanto quanto te tinhas tornado doente a ti mesma, também foste capaz de curar-te a ti mesma. Não foi um raio, mas preparou o terreno para que a cura acontecesse — começaste a ir nessa direção assim que decidiste voltar.»

«Sim.»

«Ele diz que também estavas a passar por um período muito solitário. Traz à memória que, mesmo quando estavas doente, estavas entre a espada e a parede. Mais uma vez, um tempo de ansiedade, mas muitas preocupações sobre o que irias fazer. Mas tomaste a decisão certa para ti — continuar na Terra.»

«Sim.»

«E as coisas melhoraram. Houve definitivamente tempos sombrios, mas… é engraçado — ele afirma que provavelmente não são as coisas que pensamos que vamos aprender, mas na verdade tinhas de aprender a defender-te. E a questão é — por vezes pensamos que tudo devia ser claro e simples — e ele diz que por vezes as nossas crenças, a nossa religião, nos podem atrapalhar um pouco. Por vezes a religião pode ser uma fonte de problemas.»

«Sim.»

«Ele também diz que talvez não te lembres completamente, na tua experiência de quase-morte, de que te mostraram que, se voltasses, isto é o que estaria no teu futuro. Pode ser que não te lembres, mas eles afirmam que te mostraram: se tomasses esta direção, isto é o que aconteceria. Tinhas de te encontrar a ti mesma.»

«Sim.»

«Sabes que mais — para ser honesta contigo, acredito que este anjo da guarda seja Metatron — o principal arcanjo entre os guardiões. Ou é ele ou um dos seus subordinados. Faz parte do seu círculo. Ele está definitivamente muito perto de ti. Muito. Mas é interessante que não goste

do título que lhe dei. Só quer ser considerado um guardião. Não sei bem o que fazer com isto, mas mostra-me o Livro de Henoc. É uma das histórias do Antigo Testamento que retiraram. Henoc tornou-se Metatron. É a mesma pessoa que veio ter comigo para te enviar algo depois da tua doença, que, afinal, era a mesma pessoa a quem estavas a rezar. Portanto, ele respondeu.»

«Obrigada.»

«Além disso… ele diz-me que a razão por que tiveste aquele problema específico com o cancro é que estavas a enviar a tua ansiedade para lá — para o teu intestino… por causa de tanta ansiedade, comprometeste na verdade o teu sistema imunitário. (Ela assente.) Parece que o cerne da tua doença estava no teu intestino.»

«Foi cancro do cólon.»

«Acabei de ver aparecer São Judas, que é o padroeiro dos que estão em situação de desesperança ou desespero. Era uma situação desesperada. Ainda agora, por vezes sentes que estás a bater com a cabeça na parede?»

«Sim.»

«Mas também, por causa da tua experiência, foste capaz de curar-te a ti mesma. Fisicamente e emocionalmente. Podes sentir por vezes que ainda estás a bater com a cabeça na parede, mas agora já estás a deixar algumas coisas entrar por um ouvido e sair pelo outro.»

«Correto.»

«Muitas vezes, como as almas dizem — não é errado dizermos que algo não é da nossa conta. Ou que é algo em que não nos podemos envolver. Vejo aparecer Santa Teresa de Ávila, e ela diz que por vezes é preciso mais coragem para recuar e deixar a pessoa ou as pessoas descobrirem sozinhas. Não é que não estejas próxima da família, mas há lacunas… há um bocadinho de ti que já teve o suficiente com algumas pessoas.»

«Sim, definitivamente.»

«Não me surpreenderia se, mais à frente, fizesses uma viagem sozinha ou com uma boa amiga — provavelmente far-te-ia um mundo de bem. Tenho a sensação, por parte das almas, de que vais viajar em breve. E que

estás a dizer às pessoas à tua volta que precisas de tempo para ti. Segundo as almas, não relaxas o suficiente. Ainda agora. Quer dizer, não vais tornar-te doente outra vez, porque aquilo foi o teu sinal de alerta. Falam também da tua alimentação — precisas de ter atenção à qualidade da comida que ingeres. (Ela assente.) Ouço também o nome Mark ser chamado.»

«Sim. O meu irmão.»

«Falam em parabéns à volta dele.»

«Sim.»

«Ele vai ouvir — ou acabou de ouvir — uma notícia feliz.»

«Sim.»

«Engraçado — a nível profissional, vejo-o a sair do país.»

«Sim. Está a trabalhar num projeto que o vai levar para fora do país.»

«Mostram-no a viajar — que este ano e o próximo serão anos de grande destaque para ele. Os esforços que fez estão definitivamente a ser recompensados.»

«Definitivamente.»

«Os teus amigos angélicos estão de volta. Tu e o teu filho estão com uma grande falta de comunicação?»

«Sim.»

«Estão a dizer-me que não consegues perceber-lhe a cabeça nem o rabo neste momento. (Ela assente.) Sinto a cabeça a andar à roda, e espero que quando parar esteja outra vez virada para a frente.»

«Exatamente.»

«Ele está numa fase rebelde neste momento. Sei que já é um homem adulto, mas estão a brincar comigo dizendo que está a comportar-se como um adolescente.»

«Correto.»

«Está a ser rebelde, e… a olhar para ti como se te estivesses a intrometer demasiado na vida dele. Estão a dizer-me que tens de recuar um bocadinho. Mostram-me um afrouxar das rédeas, por isso talvez queiras recuar um pouco.»

«Definitivamente.»

«Isto não tem nada a ver com religião formal, mas Santa Teresa de Ávila aparece e diz que por vezes é preciso mais coragem para recuar. Há tensão entre vocês os dois.»

«Exatamente.»

«Uma alma ali diz-me — num sentido elogioso — que ele é científico mas está a exagerar.»

«Sim.»

«É demasiado a preto e branco. E não consegues dizer-lhe nada, por isso nem vale a pena tentar. Como as almas dizem, ele tem de aprender por si mesmo.»

«Exatamente.»

«As almas dão-me a impressão de que ele está a começar a sentir-se um pouco atrasado em relação às suas crenças religiosas, à espiritualidade…»

«Sim.»

«Interessante. As almas dizem que as coisas não são "ciência" só porque ainda não foram provadas.»

«Exatamente.»

«Além disso… as almas referem que ele tem um pouco de medo da espiritualidade — da sua própria e em geral.»

«Ahh.»

«O medo na Terra é o pior das negatividades aqui. Tal como o orgulho foi o pior dos Sete Pecados. Do medo nascem todas as outras negatividades.»

«Sim.»

«E ele tem esse medo neste momento. Medo da espiritualidade. Medo do ridículo. E daí nascem todas as outras. Tem medo de ter medo.»

«Sim.»

«Está um pouco viciado no medo neste momento. E pode ser um vício.»

«Obrigada, isso é muito útil.»

«Há uma mulher do outro lado a dizer-me para te dizer para deixar os cães dormir.»

«Está bem.»

«Não precisas de desafiar. Basta concordar em discordar. Sem ser condescendente. Ele tem direito à sua opinião.»

«Exatamente.»

«Ele está a ver alguém? Alguém que pode não ser quem tu queres, mas alguém lá está a avisá-lo para ter cuidado com esta.»

«Sim.»

«E ela não está a ajudar no estado de espírito dele neste momento. Estão um pouco preocupados com ele agora. Parece que quer ser seguidor e não líder. Mas agora não é o momento de dizer nada. Só iria correr mal. Mais uma vez, ele tem de aprender por si mesmo.»

«Sim.»

«As almas também falam da tua relação com o teu marido. Dizem que está melhor, mas não totalmente…»

«Certo.»

«Mais uma vez, aquela sensação que tenho delas de que já tiveste o suficiente. (Ela assente.) Dizem que definitivamente precisas de tempo para ti. Precisas de uma pausa. Estás a tentar ser profissional, esposa, mãe… e estás a receber luta em troca.»

«Sim.»

«É só que a vida em casa está muito tensa neste momento. (Ela assente.) Dizem-me que precisas de mais descanso. Não estás… harmonizada. Não estás em harmonia contigo mesma. Certifica-te de que, se deixas algo ir, realmente o deixas ir.»

«Sim.»

«Não te alarmes, mas mencionam novamente a tua saúde. Expressam preocupação com a tua saúde, mas não da maneira que foi antes, como aquilo por que já passaste.»

«Compreendo.»

«Dão-me a sensação de que estou a andar com o depósito vazio.»

«Sim.»

«Dizem-me que estás a pensar demais. E estão a dizer-me para te dizer para pôr isso em ordem. É engraçado — é como se precisasses de sair de casa. Precisas de algo que te ocupe a mente e de sair um pouco mais.»

«Sim.»

«Definitivamente precisas de tempo de descanso. Além disso… não só isso, mas se durante o dia estiveres sozinha, tira sestas. Precisas de descanso.»

«Assim farei.»

«Precisas da mente limpa e precisas de descanso. Afirmam que precisas de desligar completamente durante algum tempo.»

«Sim.»

«Eles sabem que o teu coração está no sítio certo — a tentar tanto cuidar de uma família, mas esta é a toca do coelho pela qual caíste da última vez. Dizem que não és responsável pelos problemas de ninguém. Nem os podes resolver.»

«Certo.»

«Reconhece apenas que neste momento é um período de transição e um período sensível para filhos que estão a crescer, e para ti, que estás a mudar.»

«Sim.»

«Mostram-me o Titanic, que é o meu símbolo para "cada um por si". Neste momento, deveria ser cada um com os seus próprios assuntos.»

«Está bem.»

«Ouvi também o nome Jeff.»

«Sim.»

«Alguém chamou o nome. Ele está aqui na Terra?»

«Sim.»

«As almas falam dele a encontrar compreensão. Há também preocupações de saúde à volta dele. Mas está à volta dele, como se ainda não se tivesse manifestado completamente.»

«Está bem.»

«Mais uma vez, as almas estão a dizer-te para guardar as coisas para ti, e não partilhar necessariamente tudo com a tua família neste momento. Como esta sessão.»

«Está bem.»

«Estão a dizer-me para teres cuidado contigo emocionalmente — é mais fácil de dizer do que fazer, mas dizem-me que tens de relaxar.»

«Sim.»

«Continuo a sentir que estou em dez direções diferentes. Estás a tentar fazer tudo ao mesmo tempo.»

«Sim.»

«Vejo o teu pai. Está a dizer-me que não és responsável por tudo aqui.»

«Está bem. Como é que ele está lá?»

«Ótimo. Mas diz que por vezes simplesmente tens de te dizer diretamente — não és responsável por mais ninguém. Não podes conduzir ninguém pelo nariz, nem quererias fazê-lo.»

«Isto… isto é um pouco estranho. Ele não espera ser reconhecido. Está a dizer-me que é Sigmund.»

«Sigmund?»

«Não me lembro de alguma vez ter visto isto antes, mas vi Sigmund Freud aparecer atrás de ti.»

«Meu Deus, a sério?»

«Há apenas uma sensação de ele estar à tua volta. Provavelmente por causa das semelhanças, profissionalmente e não só. Está interessado no teu trabalho. Dá-me a sensação de que era um indivíduo muito liberto. Compara o teu sentido de responsabilidade a uma circunstância quase trágica na própria vida dele.»

«A sério.»

«Brinca que uuuuh, os nazis teriam adorado deitar-lhe a mão. Sei que apanharam membros da família dele. Teriam adorado apanhá-lo a ele.»

«Claro.»

«Há muitas pessoas lá que te estão a ajudar a ajudar-te a ti mesma, mas não o podem fazer por ti. Cecile, ou Cecilia — é uma presença maternal que também é uma guardiã para ti.»

«Sim. A minha avó.»

«Está mais perto de ti do que possas imaginar. Há uma coisa que querem resumir para ti — estás em terra de ninguém neste momento. Por isso, só podes pôr o teu melhor pé em frente — para ti mesma — de agora em diante. (Ela assente.) E estão a dizer-me que te sentes um pouco encurralada. Não cometas os mesmos erros duas vezes. Caíste neste buraco uma vez — eles estão aqui para garantir que não o faças outra vez.»

«Compreendo.»

«Mas com isto sinto que vão recuar. Impressionam-me novamente para pesquisares o Livro de Henoc. Muitas pessoas estão investidas na tua saúde contínua. É importante, e os anjos que estão investidos na tua vida são muito importantes.»

«Oh sim.»

«Continua a rezar aos anjos da guarda. Dizem-me que as tuas orações estão a ser ouvidas.»

«Bom.»

Vejo o Espírito Santo acima da tua cabeça, o que me diz que és abençoada. E o teu pai está a dizer-te para ouvires o que todos aqui te disseram.

«Vou ouvir. Com certeza que vou.»

«E lá se vão eles.»

Sinto que tenho de andar em cima de ovos com esta história. Quero ajudar as pessoas, mas não quero causar pânico. Lá vai: é possível adoecer por nossa própria conta. E sim, é possível acabar com a própria vida sem nunca pegar numa arma. Isso acontece quando a alma fica tão desesperada que não tem mais para onde ir senão de volta ao lugar de onde veio, e o corpo começa a sofrer e a morrer. Esta é uma daquelas portas pelas quais podemos ser empurrados pelas circunstâncias ou pelas quais nos empurramos a nós mesmos por vontade própria, se é isso que queremos. Ninguém quer morrer — em teoria. Mas também ninguém quer uma alma doente. Só acontece se o permitirmos. Acontece mesmo quando deixamos que as pessoas nos tirem da alma sem termos forma de repor a paz e a esperança. É como um poço, e por vezes o poço pode secar. Mas às vezes, cavar num poço seco acaba por dar outra inundação de água — só que não basta querermos, temos de estar dispostos a fazer o trabalho duro de cavar, cavar e cavar até encontrar a nascente.

Tenho de admitir que, apesar de conhecer bem a Sarah, não sabia da luta pessoal dela nem da dimensão da dor que lhe causou. Por vezes as sessões são uma verdadeira janela para a vida íntima das pessoas, e tanto elas como as almas explicam as coisas, não para chocar ou explorar assuntos muito pessoais, mas para ajudar a compreender. Por mais que me doesse o sofrimento da Sarah, tenho orgulho nela por contar a sua história e por permitir que as almas e eu ajudássemos a perceber os porquês e os comos, e a usar essa informação em benefício próprio.

A decisão de viver é sempre nossa. Tal como não sobrevivemos sem oxigénio e sem água, as nossas almas não sobrevivem sem paz e esperança. Mas acredito muito que, quando criamos paz e esperança para os outros, também as criamos dentro de nós mesmos. Temos muito mais poder do que pensamos aqui na Terra, mas é uma ferramenta que precisamos aprender a usar com cuidado. A melhor parte é que tudo o que criamos com esse poder fica nosso. Para sempre.

6

A FADA MADRINHA GREG WAYNE

O livre-arbítrio é uma coisa maravilhosa. Permite-nos ver com os nossos próprios olhos e avançar com as nossas próprias forças. Também pode ser uma autêntica chatice. O livre-arbítrio permite que o medo corra à solta na nossa vida e que o passado influencie o presente e o futuro. Por isso o livre-arbítrio, tal como o almoço grátis do provérbio, é um pouco um nome errado. Nada que nos limites é grátis, e nada que se ponha no nosso caminho é grátis. Usamos o nosso livre-arbítrio quase sempre para criar problemas que simplesmente não existem ou para procurar respostas quando nunca houve realmente uma pergunta. Mas temos todo o direito de acreditar no que quisermos acreditar e chamar-lhe a nossa vontade. O nosso livre-arbítrio.

Um dia aconteceu uma coisa curiosa: o Andrew passou pelo consultório e acabámos a falar do Greg, um autor que acreditava que a casa dele estava assombrada. O Andrew disse-me que o Greg vivia numa casa do início do século em Long Island e eu, que sou um pouco louco por história, quis vê-la. Encontrámos uma imagem da casa no Google Maps. Era linda — uma típica colonial de Long Island. Depois olhei melhor e fiquei mais do que intrigado: na imagem, vê-se claramente a figura sombria de uma mulher sentada nos degraus à frente da casa. Ora isto é interessante, pensei. Queria saber mais sobre a mulher da fotografia, porque é que este "fantasma" estava na casa e porque é que tinha uma má reputação ao longo dos anos. O Greg foi suficientemente simpático para fazer uma sessão, e acabou por ser uma verdadeira abertura de olhos.

Esta é a história do Greg, nas palavras dele:

A casa onde vivo, uma das Farmhouse Colonials de Long Island, foi construída no início dos anos 1900. A nossa família mudou-se para lá quando eu tinha seis ou sete anos. Ao crescer, houve definitivamente momentos em que coisas estranhas aconteciam em casa. Quer dizer, ouvíamos barulhos esquisitos no sótão e barulhos ainda mais esquisitos a subir e a descer as escadas quando eu sabia que não estava lá ninguém. Ouvia-se o som de vidros a partir em certos quartos, mas não havia vidros partidos. Às vezes saíamos para ver se alguém tinha atirado uma garrafa contra a casa, ou se tinha caído alguma coisa, ou até se uma janela da cave

se tinha partido, mas nunca havia motivo aparente para o som. Era tão claro e alto como se alguém estivesse a esmagar um vidro com um martelo mesmo ao lado do teu ouvido. E não era só eu que ouvia — as minhas irmãs também ouviam.

Os barulhos misteriosos eram apenas um dos muitos desafios que os meus pais tinham na altura. Casaram-se ainda adolescentes e tiveram-me antes de qualquer um deles fazer vinte anos. A relação deles era tumultuosa; eram simplesmente demasiado jovens para tanta responsabilidade. Fizeram o melhor que puderam, no entanto. O meu pai trabalhava muitas horas, por vezes oitenta horas por semana, e a minha mãe trabalhava cinquenta.

Mal se viam e, no fim do dia de trabalho, não sobrava muita energia. Na verdade, a energia que sobrava transformava-se em raiva um contra o outro. Não acontecia todos os dias, mas o suficiente para esgotar toda a gente. Acabaram por ter muitos filhos, por isso o stress de tantas crianças e dos meus pais a trabalhar literalmente dia e noite fez com que a relação deles se desfizesse pelas costuras.

Não é preciso dizer que havia muita tensão em casa quando eu era pequeno. Ao mesmo tempo, aconteciam muitos fenómenos. Olhando para trás, percebo que ainda não tinha vocabulário para descrever o que se passava — e talvez ainda não tenha. Os sons, as sensações, as presenças que se sentiam. Muitas vezes sentia que algo estava lá — não havia forma de o articular realmente. Mas sentia-se. Às vezes parecia que havia olhos em cima de nós, só a observar.

A minha mãe, que foi muito empática toda a vida, sentia que havia uma senhora na casa, alguém que provavelmente lá estava há muito tempo. Não sentia o espírito como agressivo ou mau — estava simplesmente lá. Para a minha mãe, era como se houvesse outra pessoa calada em casa. Que eu saiba, a minha mãe nunca falou com ela nem interagiu, mas reconhecia a presença. Era assim tão forte.

Avançando alguns anos. Estou casado e a viver com a minha mulher numa pequena cidade não muito longe de onde cresci. Os meus pais divorciaram-se e a minha mãe queria vender a casa. Fiquei apreensivo. Fazia sentido comprá-la, apesar de ter alguma relutância em voltar ao que sentia ser “o local do crime”, onde não havia muitas memórias felizes. A

minha mãe queria começar uma vida nova, o que significava sair da casa e recomeçar no interior do estado. Eu e a minha mulher não tínhamos propriamente dinheiro para comprar a casa na altura, mas de alguma forma pedimos uma hipoteca, conseguimo-la e tornámo-nos proprietários.

No início senti-me um bocado fracassado. Lá estava eu, com trinta e tal anos, a voltar para o sítio onde cresci. Sentia que era um passo atrás. Mas depois de algum tempo decidi que não tinha de ser assim e cheguei à conclusão de que sim, eu e a minha mulher podíamos ser felizes naquela casa.

Passámos muito tempo a esventrar a casa e a fazer obras, por isso só nos mudámos de facto seis meses depois, quando a maior parte da casa já era habitável. Durante cerca de um ano éramos só eu e a minha mulher, e às vezes sentíamos aquela presença na casa. Brincávamos dizendo que havia um fantasma na sala da frente a ver-nos enquanto víamos televisão. Apesar de os quartos do rés do chão estarem todos ligados uns aos outros, estão separados por portas francesas. De vez em quando eu olhava para a minha mulher e dizia: «Não sentes que alguém nos está a olhar daquele quarto?» E ela respondia que estava mesmo a pensar o mesmo.

Nada assustador, nada de meter medo, só esquisito.

Uma noite houve um apagão. Eu e a minha mulher estávamos na sala, onde tínhamos acendido velas. Disse-lhe: «Sabes, se esse fantasma está aqui, vai fazer essa vela dançar.» E juro, talvez tenha sido coincidência, talvez uma corrente de ar na casa, mas a chama daquela vela começou a saltitar como se estivesse excitada. Sabendo que qualquer coisa pode fazer a chama de uma vela dançar, não pude deixar de pensar que era uma coincidência bastante louca ter acontecido exatamente no momento em que fiz a piada. Não eram as probabilidades da lotaria, mas mesmo assim.

Além do barulho ocasional, as coisas ficaram relativamente calmas na casa depois disso. Tivemos o nosso primeiro filho cerca de dois anos depois de nos mudarmos. Mas alguns anos mais tarde, depois de algumas lutas pessoais, as coisas ficaram… bem, interessantes. Começou a parecer a presença que lá estava desde a minha infância, mas depois as coisas escalaram. Havia barulhos a todas as horas da noite que vinham do nada que conseguíssemos ver. A casa parecia de alguma forma eletrizada, com estalos e crepitações muito parecidos com eletricidade estática.

Começámos a ouvir passos a subir e a descer as escadas, barulhos estranhos no sótão. As coisas caíam sem explicação. Ambos víamos coisas pelo canto do olho e havia uma sensação palpável de algum tipo de presença no quarto do meu filho. Uma sensação eletrizante percorria-me o corpo quando entrava no quarto do meu filho.

A minha mulher começou a sentir a presença de alguém a andar mesmo atrás dela. Estas coisas estranhas começaram a acontecer regularmente, quase diariamente. Reconheço que é uma casa antiga e que as casas antigas fazem barulhos e às vezes também têm problemas elétricos — mas a frequência com que estes eventos inegáveis aconteciam era inquietante. Os fenómenos estranhos na casa duraram cerca de um ano e depois acabaram.

Ao mesmo tempo, eu próprio estava a ter dificuldade em lidar com o stress do trabalho, da casa e da família. Curiosamente, foi também um dos períodos mais frutíferos para mim a nível espiritual. Comecei a meditar e a rezar, e passei a fazê-lo regularmente. Comecei a sentir como se a presença de Deus estivesse comigo, e as coisas pareciam fazer mais sentido e estar mais ligadas. Acredito verdadeiramente que o período de solidão interior, oração profunda e meditação que tinha de manhã possa ter-me aberto a outras coisas, outras realidades e outras presenças à minha volta.

Olhando para trás, vejo aquele tempo não tanto como "o ano da história de terror" mas sim como "o ano da incrível viagem espiritual". Enquanto tudo acontecia, estava perplexo e por vezes assustado. Se havia algo na casa, queria que saísse. Tentei livrar-me disso. Mas não tinha vocabulário para compreender o que se passava e talvez tenha deixado o medo levar a melhor. Depois dos factos, comecei a ver a experiência como positiva.

Ainda vivemos na casa. Os fenómenos acalmaram na sua maioria, mas de vez em quando acontece alguma coisa — não com a intensidade de antes, mas o suficiente para me lembrar que alguém ainda anda por aí.

Havia muita dor naquela casa enquanto cresci, mas também havia muito amor. Não posso esquecer isso. Os meus pais são boas pessoas e trabalharam muito pela família. O meu pai e eu estamos afastados, infelizmente — não o vejo há anos. Mas mantenho contacto com a minha mãe.

Na universidade, a peça Oresteia de Ésquilo comoveu-me. Fala da queda da casa de Atreu e de como decisões erradas e vingança criam um ciclo constante de ódio e tristeza. O fim daquela peça é todo sobre parar o círculo de tristeza e abuso numa família. Olhando para trás, acho que comprámos esta casa em parte porque havia uma oportunidade de mudar o passado. De acabar com um ciclo. Crescemos com muita coisa difícil, mas aqui estava uma oportunidade de redimir a casa. E, talvez, a nós mesmos. Talvez quem quer que estivesse na casa estivesse a tentar ajudar-nos a conseguir isso.

A SESSÃO

«Muito bem, vamos começar e ver o que acontece. Pronto… alguém está só a dizer-me para seguir o que estou a ouvir. Então penso: está bem, está bem, quem quer que sejas. Até agora apresenta-se uma presença masculina, e vem como família. A verdadeira, portanto é família de sangue. Fala do pai. Deduzo que o pai já partiu.»

«Que eu saiba, não, mas…»

«Ah, pronto. Talvez me tenha adiantado. Ele está fora da tua vida? Deixa-me começar de novo porque acho que me precipitei. Uma presença masculina apresenta-se de forma paternal. Mas depois falou do teu pai, por isso pensei que fosse o teu pai. Se ele tivesse partido, terias sabido?»

«Sim.»

«Pronto, então deve ser um avô, a vir com paternalidade. Depois falou do pai, e eu comecei a ir nessa direção. E depois percebi onde errei. Ele disse-me que não estava lá, e eu pensei que estava a tentar dizer-me que tinha partido, que não está contigo aqui. Mas depois, quando houve hesitação, disse que sim, houve uma morte, mas no sentido emocional. E é esse o erro que cometo sempre — dizem-me que a pessoa não está lá, e eu interpreto que partiu. Por isso precipitei-me no que estava a ouvir. É verdade que o teu pai não anda por aí — não faz parte da tua vida. Isto já vem de há algum tempo.»

«Sim.»

«Então o teu avô afirma que houve uma morte, mas no sentido emocional… Não é que esteja a tentar ser insensível, mas estás meio habituado.»

«Sim.»

«O teu avô dá-me a impressão de que não tiveste uma infância fácil. Há pessoas à tua volta que me dão a sensação de serem pais, mas no sentido de avós. Sinto que conhecem melhor o lado da mãe. Portanto estão mais do lado materno. Referiram que não tiveste uma infância fácil. Certamente não foi Meet Me in St. Louis, isso é garantido.»

«É verdade.»

«Dizem que basicamente vieste de uma casa disfuncional. Estão a apontar para mim, porque sei exatamente do que estão a falar. E também refletem que na vida lidaste com muitas deceções, entendido?»

«Sim.»

«Afirmam que a tua mãe está aqui, na Terra.»

«Sim.»

«Novamente, algumas lacunas na comunicação? Detesto dizer isto, mas quem quer que o tenha trazido à baila disse-me que, de certa forma, ela está aqui e não está aqui. Deixa-me parar um minuto e dizer algo que está a vir. Não sei quem é — e não quero que digas nada — mas há uma senhora à tua volta que vem até ti como mãe. Não é a tua mãe biológica, porque me disseram isso, e também não é avó. Alguém — não sei como chamar-lhe — alguém que simpatiza contigo, porque as coisas não correram como esperavas na juventude. Realmente não sei o que pensar dela, porque não sinto que seja parente de sangue. Mas… "família" é usado de forma muito leve lá — também pode ser um termo carinhoso.

Ela dá-me a impressão de que está à tua volta como um anjo da guarda. Por isso é assim que lhe vou chamar — o teu anjo. Dá-me a impressão de que anda por perto. Onde quer que tivesse estado quando estava na Terra, gostava da vida e estava contente com ela. É como se ainda não estivesse pronta para avançar. Não é que seja má ou coisa do género — é só… para ser honesta contigo, é como se num certo ponto da tua vida ela te tivesse adotado como mãe. Adotou-te espiritualmente porque viu a crise em que estavas, no sentido emocional. Tiveste os teus tempos difíceis emocionalmente. Vem dela uma sensação muito boa de nutrição e compaixão.

É como se me tivesse tocado de forma tranquilizadora, e de repente senti um formigueiro, sentindo-me muito seguro. Ela refere que, apesar de a tua mãe estar na Terra, de muitas formas te sentiste como órfão. E sinto que esta presença sempre quis ter um filho. É engraçado — deves ter sentido que ela andava por perto. Não é ameaçadora nem nada do género — na verdade sinto-me muito reconfortado na presença dela. Por isso espero que tu também te sintas. Fala da tua mãe também a lidar com muita luta emocional. Não paro de ter a sensação de que estou a ser atirado de um lado para o outro num barco. E ao crescer talvez te tenhas sentido assim.»

«Sim.»

«Sente-se que ao crescer talvez tenhas sentido que não tinhas ninguém…»

«Mmm-hmm.»

«…no que toca a família propriamente dita. Estavam aqui, mas não estavam aqui. Ela mostra-me o livro David Copperfield. Se te lembras do livro, quando a mãe do David morre, ele não tem grande vida, mas eventualmente a tia acolhe-o. E é essa a sensação que tenho dela — é como uma madrinha. Agora, sem me dizeres nada, ela dá-me a impressão de que onde vives agora, ela viveu lá em tempos.»

«Sim.»

«Não sei se conheces a história do sítio onde vives, e estou a tentar ter cuidado para que isto não pareça um cenário de assombração ou coisa do género. Não sei quem ela é, e tu também podes não saber, mas sinto-me muito reconfortado na presença dela. E aparentemente tu também.»

«Está bem.»

«Mas ela tem — aguenta-me aqui — parece ter algum tipo de ligação com o sítio onde vives agora, ou onde cresceste. É alguém que passou para o outro lado, mas nunca quis realmente avançar. Parece ter estado muito à vontade. Parece que sentiste a presença dela durante muito tempo.»

«Sim.»

«É como alguém que veio em teu socorro. Sei de certeza que lá não se exerce nenhuma força, por isso ela poderia ter ido para a luz, e depois decidiu que estava feliz onde estava e que queria ficar lá. Vejo-te em

criança e ela está lá. É muito compreensiva com o facto de sentires que nunca tiveste realmente uma família. Uma coisa que ela também me diz — és muito sensível. Refere que eras um rapaz meio solitário ao crescer.»

«Certo.»

«Ela é como alguém que é madrinha para ti. Fica por perto. Não está a tentar ser engraçada, mas diz que é como uma fada madrinha.»

(Ri-se) «Certo.»

«Está a tentar pôr em termos humanos da melhor forma que conseguirmos entender. É engraçado — e adorava saber se ela alguma vez perdeu um filho quando estava aqui ou coisa assim — mas simplesmente gosta de ser mãe. Gosta de ser uma figura maternal para ti.»

«Está bem.»

«Brinca contigo dizendo que por vezes talvez tenhas sentido que estavas assombrado. Mas de forma alguma negativa.»

«Mmm-hmm.»

«Há esta sensação de que, ao longo da tua vida, sempre soubeste que alguém estava lá. Especialmente quando te sentias como um órfão. Mas não sinto que ela seja parente tua de nenhuma forma que eu consiga compreender. E, na verdade, uma madrinha não precisa de ser parente de sangue. E no início comecei a desafiá-la um bocadinho, mas ela lembrou-me que família nem sempre tem de ser de sangue e que, só porque alguém é família de sangue, não significa que gostemos sempre dessa pessoa.»

«Certo.»

«Mas ela referiu, o que me confunde, que viveu contigo. Mas estou a pensar que é ao contrário — foste tu que viveste onde ela viveu? Há uma sensação tão boa com ela — a presença dela na sala é muito tranquilizadora. E tu já a sentiste, por isso nada disto é novo. Ela mostra-me-te como menino pequeno a chorar e perturbado, e consigo senti-la a acalmar-te. Quem quer que seja diz que não, não perdeste a cabeça.»

«Está bem.»

«É isso que acho tão intrigante — obviamente ela estava tão à vontade na vida dela quando estava aqui fisicamente que simplesmente decidiu que

ainda não está com vontade de avançar. E ninguém te obriga no além. E na sua sensibilidade e bondade, sentiu muito por ti e decidiu: É aqui que vou espreitar. Acho que terás de fazer alguma pesquisa sobre o sítio onde vives para descobrir quem lá esteve antes, porque há a sensação de que alguém lá a viu. Talvez tu, ou… ela dá-me a impressão de que deu a conhecer a sua presença.»

«Sim.»

«E no entanto, sem ser para assustar nem nada do género. Nada disso. Ela parece muito simples — há uma essência de ingenuidade nela. E não querendo dizer que tenha alguma deficiência mental. Ela só me diz que só vê o bem. E consegue reconhecer que as coisas nem sempre são felizes e que nem sempre são boas para os outros. E parece que chegou à conclusão de que, mesmo não querendo realmente sair desta situação, ainda sente que está a fazer o seu trabalho.

Não é como se estivesse a desperdiçar tempo aqui. Deve ter sido uma pessoa muito paciente, aceitava a vida como vinha — queria eu ter as características dela — nunca se zangava… e apesar de ser uma mulher adulta, há nela uma sensação de criança. E mais uma vez, onde cresceste — onde sentiste a presença dela — é uma casa antiga, por isso outras pessoas já lá viveram antes… Quando estava aqui, a vida dela era muito simples. E está entusiasmada por saber que, mesmo depois de partir, não tem de ir a lado nenhum. Pode simplesmente ficar. É estranho — não podes confirmar isto, mas ela parece estar a dizer-me que o nome dela é algo como Annie ou Alma. Refere que foste criado numa casa um pouco abusiva.»

«Sim.»

«Ela não é capaz de julgar ninguém porque só vê o bem, mas diz-me que a tua mãe podia ser uma mulher dura e que o teu pai deu o salto.»

«Sim.»

«Mais uma vez, as coisas não correram lá como começaram. E há aquela sensação de que, enquanto criança, talvez não tenhas sentido que tinhas alguém a quem recorrer, entendido?»

«Sim.»

«E também não és muito entusiasta de recorrer a alguém aqui. Por isso ela sente isso e preenche simplesmente essa lacuna. Não o diz para ser

duro, mas afirma que és uma pessoa muito complexa. Tens uma luta interior tremenda. E como ela diz, grande parte vem da infância, alguma vem do presente. Às vezes simplesmente não sabes o que raio fazer com isso — não sabes como lidar com isso. Ela não pode tomar conta da tua vida, agitar uma varinha mágica e fazer com que as coisas corram como gostarias, mas está só a dar-te uma sensação reforçada.»

«Certo.»

«Estou mesmo a arrepiar-me com a presença dela, porque não há nada além de bondade genuína, atenção, gentileza — vem dela apenas reforço positivo. E o que é interessante é que ela de alguma forma atingiu esse nível espiritual e está feliz com ele. É simplesmente do jeito que ela gosta. Vejo também animais à volta dela. Pode ter tido animais de estimação. E mais uma vez, aquela bondade à volta dela. É isso — não sei se o nome dela é Anna ou Alma, mas soa muito parecido. Como ela me disse, e sem ser presunçosa, diz que tem qualidades angélicas. Também me dá a sensação de que ela também teve as suas lutas aqui, tal como tu — embora diga que, no geral, teve uma vida feliz. Simplesmente não é capaz de fazer nada de errado. É essa simplicidade nela. As pessoas que a conheceram aqui podem ter pensado que era simplória. Mas não é o caso. Também se sentiu um pouco negligenciada pela família quando estava na Terra. Cresceste numa casa antiga?»

«Sim.»

«Mais uma vez, as raízes de tudo isto estão nessa casa. Aquela em que cresceste, ou aquela em que vives agora. Ou ambas. Parece que outras pessoas também a sentiram por perto — ou a viram lá. Tenho a sensação, por parte dela, de que é adulta, mas infantil nos pensamentos e ações. Há aquela sensação de proteção — ou teve uma vida protegida ou uma educação protegida. Aliás — a tua residência foi construída nos anos 1920 ou antes?»

«Antes.»

«Pronto. Senti que estava a ir muito para trás, mas depois vi 1920 e antes disso, mas também pode ser quando ela lá esteve. Seria interessante se pudesses pesquisar sobre essa casa. Ela ainda lá vive, por isso teve de lá ter vivido antes. Não tens laços muito próximos com a família tua, entendido?»

«Sim.»

«E como ela diz, ainda estás a tentar encontrar-te a ti mesmo. Diz: "Não te desvalorizes." Internalizas muito, e há aquela sensação de luta interior. Além disso, não é que ela esteja a menosprezar nada, mas a religião atrapalhou-te um bocadinho a cabeça?»

«Bem…»

«Ela diz que… uma das maiores dificuldades que tens é tentar manter toda a gente feliz. Bem, consigo perceber que foste criado católico.»

(Ri-se) «Sim.»

«Tens tendência para querer agradar aos outros. Não há mal nisso, mas devias tentar agradar a ti mesmo também. Ela diz que por vezes sentes que estás a viver uma vida dupla.

«A tua sensibilidade é uma grande qualidade, mas pode ser uma fonte de problemas. E vem de muito longe. E é engraçado, ela dá-me a impressão de que, apesar de seres um homem adulto, é como se nunca tivesses passado de certa idade por dentro. Como se por vezes te sentisses uma criança de dez anos. Há uma sensação de trauma contigo por causa da tua própria família, em que o teu crescimento emocional ficou atrofiado. Se te sentes encurralado ou maltratado ou coisa assim, é o menino pequeno que se aborrece, e vais reagir.»

«Sim.»

«Mesmo a nível profissional, há sentimentos de deceção… ainda és meio criança por dentro. E provavelmente é outra razão por que ela anda por perto com essa maternalidade tranquilizadora. A tua mãe também teve as suas lutas aqui.»

«Sim.»

«E talvez tenhas sentido que estavas preso. Entre a tua mãe e o teu pai. Manténs distância quando se trata de família?»

«Sim.»

«Ela dá-me a impressão de que talvez não seja má ideia. Eles ainda estão a tentar encontrar o seu caminho aqui também. E por vezes pode parecer o cego a guiar o cego. Além disso, ela dá-me a impressão de que

talvez te tenhas contido a nível profissional, quase pensando que não és capaz, entendido?»

«Sim.»

«Ela encoraja-te a sair desse padrão de pensamento. Podes sentir que só serves para isto, ou que assim está bem. Às vezes tens tendência para te conformares… e há outra parte de ti que não gosta disso. É quase como se o menino pequeno lá dentro lutasse com o adulto.

«Mesmo sem me dizeres, se tens irmão ou irmãos — a família não existe para ti da forma como nos ensinaram que devia existir. É estranho com esta mulher — ou perdeu um filho, ou sempre quis ser mãe e não pôde… ela é simplesmente muito inocente, e na sua inocência quis amar e cuidar de alguém. Ela refere que tu… rezaste lá fora a quem quer que fosse.»

«Mmm-hmm.»

«Porque é quase como se, de certa forma, a tivesses convidado. O que acho que neste caso significa que não tinhas objeção a ela. E acho que é por isso que ela diz que apanhou o pensamento ou a luz de ti, e pensou: Bem, isto é para mim. Mas também parece ter testemunhado em casa o que poderias estar a passar. As almas têm todo o tempo do mundo para ficar por perto até quererem partir, porque o tempo não existe [para elas]. Ela diz que muitas vezes as almas ficam ou voltam para onde foram mais felizes durante um tempo. No caso dela, parece estar contente lá.

«Não é como se não tivesse atravessado e reconhecido que tinha partido — só quis voltar para onde tinha sido feliz e também, depois, reconhecendo a situação difícil em que estavas, pensou que podia fazer algo de bom aqui. É simplesmente uma fada madrinha — um anjo da guarda. Diz que alguém não precisa de ser parente ou biologicamente ligado para que algo assim aconteça. Também te alerta para teres atenção a uma tendência para a depressão.»

«Mmm-hmm. Está bem.»

«Ela está a diagnosticar que durante boa parte da tua vida lidaste com o que os psiquiatras chamariam depressão mascarada. Tem estado lá há algum tempo, provavelmente desde a infância. Tem estado lá tanto tempo que não conheces outra coisa. Por isso a tua atitude é do género: É o

melhor que há — é assim que é. No entanto, os sintomas manifestam-se em defensividade, impaciência, mau humor, acessos de raiva e frustração — aparece de vez em quando. Não é que não sejas uma boa pessoa, mas mais uma vez, é quase como se não compreendesses totalmente que está lá, e é tudo o que conheces. Ela fala-te muito suavemente sobre depressão mascarada e ansiedade, e não precisas de me dizer nada, mas aconselha-te que talvez não fosse mau procurar ajuda profissional se ainda não o fizeste. Não há nada de que te envergonhares — és uma pessoa sensível, e tens direito aos teus sentimentos. Se ainda não o fizeste, ela encoraja-te a entrar em contacto com esse menino pequeno aí dentro.

«Mesmo ao crescer, ela dá-me a sensação de que tens amigos, mas não tens amigos. Pode ter sido gozado, troçado — mais uma vez, aquela sensação de que estás a tentar jogar o jogo mas não te deixam entrar na equipa. Parece mesmo que foste um solitário toda a vida. És sociável, mas és desajeitado nisso. És como eu — recebes o convite para a festa e pensas: Meu Deus, como é que me safo disto? É a primeira coisa que te passa pela cabeça. [Mas] se houver algo que possas genuinamente dizer [como] motivo para não ires, pensas: Graças a Deus, estou livre.»

«Ha! Acertaste em cheio.»

«Mais uma vez, ela sente que não te faria mal procurar ajuda profissional. Não tem de ser do conhecimento de toda a gente. Ela sabe que preferes resolver as coisas sozinho, mas também sabe que és uma pessoa reservada com o mundo à tua volta. Se é isso que te deixa confortável, então faz as coisas de forma privada, sem o mundo inteiro saber. Ela falou que tens a tua própria família. Filho, filhos, esse tipo de coisa?»

«Sim.»

«Não pensava que tinhas, mas ela disse-me para não assumir nada do que penso que sei. Ela elogia-te por seres um bom pai. Devido às experiências por que passaste, não queres que os teus filhos passem pelo mesmo. Por isso, mais uma vez, olha para como cresceste não sempre de forma negativa, porque isso ajudou-te a tornar-te a pessoa que és. E como pai, ela diz que poderias ter ido para um lado ou para o outro. Poderias ter seguido o caminho menos agradável, como o que viveste. Mas ela elogia-te por teres parado o ciclo. Por isso sabe que és um bom pai. Quer dizer, podes ter os teus dias — toda a gente tem. Mas tu próprio és muito

compreensivo, tranquilizador, e assumiste qualidades paternais em que a tua sensibilidade tomou um papel único. Por isso talvez seja difícil para ti compreender — ela diz que às vezes podes querer olhar para trás e ver a tua educação como uma lição disfarçada. Porque se aprendemos por nós mesmos, aprendemos para sempre. Ela diz que às vezes podes ser o teu pior inimigo, no entanto. Tem cuidado, porque estás constantemente a meter-te no teu próprio caminho. E não digas nada, mas tens uma sensação muito profunda de estar atado por dentro — há aquela parte de ti que internaliza as coisas. Mas ela diz que as coisas que sentes muito profundamente são da tua conta. É assim que gostas, e é assim que é.»

«Certo.»

«Isto é interessante… provavelmente por causa da sua extrema gentileza em tudo, vi São Francisco de Assis aparecer atrás de ti. Vem como santo guardião. É definitivamente alguém a quem podes rezar para te ajudar a ajudar-te a ti mesmo. Ele compreende por causa da sua gentileza com os animais. É engraçado — pensaste em vida religiosa em algum momento?»

«Sim.»

«Pois, porque São Francisco apareceu outra vez, por isso pode significar que foste atraído pela ordem franciscana, ou simplesmente pela vida religiosa em geral. Ehh — não teria sido para ti.»

(Ri-se) «Certo.»

«Eles dizem isso porque talvez o tenhas visto com óculos cor-de-rosa. E dão-me a impressão de que poderias ter entrado e ficado a perguntar-te como é que te meteste nisso, e a ser infeliz. Podes ser solitário, sim?»

«Sim.»

«É isso. Sei que tens família, mas mesmo assim precisas do teu espaço. Não há mal nenhum nisso — és assim. Mas o que é tão bom ouvir dela é que não és um pai abusivo — tentas ser muito paciente, e ela sabe que estás a fazer o teu melhor para ser o pai modelo. Vejo uma curva rápida à direita à minha frente, por isso aparentemente foste na direção certa. É interessante como ela coloca isto — podes desejar mudança ou movimento no teu trabalho, mas uma parte de ti gosta do status quo. Aí está outra luta. Podes querer avançar ou progredir, mas começas a pensar que

talvez devesses deixar as coisas como estão. O que acontece é que, como ela diz de forma muito tranquilizadora e maternal… precisas de te perguntar: O que é que me faz feliz? Se puderes honestamente dizer a ti mesmo que o status quo te faz feliz, então sabes. Se não está estragado, não precisas de consertar. Mas às vezes podes reparar que a relva está mais verde no quintal do outro, e podes sentir que estás a ficar para trás. E terás de lidar com isso tu mesmo.»

«Compreendo.»

«Vejo uma teia de aranha à tua frente, que é o meu sinal de uma pessoa muito complexa. Mas também tem cuidado — muitas vezes tens medo. Às vezes as pessoas da tua família podem não compreender — és uma pessoa muito reservada, e apesar de não as empurrares para fora da tua vida, ainda precisas de tempo sozinho para juntar os pedaços. Ela refere que até a tua mulher compreende que às vezes precisa de te deixar em paz. Obviamente [é] uma pessoa muito compreensiva e simplesmente acha que às vezes é melhor deixar-te respirar. Mas mais uma vez, ela afirma que estás ao volante — tens de aprender por ti mesmo como toda a gente tem de fazer. Tens de descobrir o que funciona melhor para ti, mesmo que leve tempo.»

«Está bem.»

«Mas acho que com isto ela vai afastar-se. Isto foi meio interessante, porque quase todas as sessões que faço são com família, membros da família relacionados. Mas esta mulher não é parente, mas vem definitivamente como família. Parece que está contigo desde que eras pequenino. É como se te tivesse encontrado, a crescer na casa onde ela viveu, que nunca deixou realmente e quis cuidar de ti — era o que queria fazer como trabalho espiritual. Toda a gente encontra o que é melhor para si quando parte, e ela escolheu-te a ti.

Mas certamente abraça-te com amor. Há outros parentes lá, mas eles… não estão a conectar-se. Não estão a ser maus lá de cima, mas esta mulher precisava de falar. Mas abraça-te com amor como madrinha. Um anjo da guarda. Mais uma vez, esta sensação de que não vais sentir-te maluco por saber que ela está lá. Ela é a tua madrinha, e gosta disso. Não está a prender nenhuma medalha no peito, mas está muito feliz por o fazer. Diz que as pessoas têm uma perceção tão errada das almas. Nem sempre

têm todas as respostas, mas podem ajudar. E ela estará lá para ajudar. E com isso, despede-se, e lá vai ela.»

Não tenho a certeza se o Greg esperava que algumas coisas bastante pessoais viessem à superfície através da sua "madrinha", mas foi gracioso e generoso quanto ao facto de isso ter acontecido. Acho que quando estas coisas pessoais são postas em perspetiva, especialmente pelas almas, não são tão difíceis de compreender. As almas compreendem-nos, o nosso mundo, as nossas motivações, lutas e fragilidades humanas. Também já foram nós, e continuam a carregar a sua humanidade para compreenderem plenamente a nossa.

Esta mulher esforçou-se tanto para ajudar o Greg a ajudar-se a si mesmo, mesmo quando ele estava a fazer tudo para se livrar dela. Mas ela não levou a mal, e talvez compreendesse que, ao tentar livrar a casa dela, o Greg estava a tentar livrar-se do passado — da mágoa, frustração e dor. De certa forma, ela assombrou mesmo o Greg: trouxe memórias más à mente. Mas quando enfrentamos as nossas tragédias passadas e tiramos força delas em vez de as deixarmos controlar-nos, os nossos fantasmas não têm outro sítio para ir senão de volta à nossa imaginação.

Algum tempo depois da sessão, perguntei ao Greg se ela ainda dava sinais da sua presença, e se ainda incomodava a ele e à família. O Greg foi bastante honesto ao dizer-me que não, ela já não estava tão ativa na casa como antes, e de uma forma estranha, ele até sentia a falta dela. A senhora ainda lá está — eu sei disso. Está só à espera do momento certo para voltar a ajudar, noutra circunstância, noutra altura. Não quis alarmar o Greg, mas os filhos dele estão a crescer, e os terríveis anos de adolescência estão mesmo ao virar da esquina. Ele vai precisar de toda a ajuda que conseguir.

7

BOA MEDICINA KEARA BARNABY

Muitas vezes penso na jornada da nossa vida como um corredor com muitas portas de cada lado. Podemos caminhar diretamente por esse corredor em linha bastante reta, mas, por vezes, uma dessas portas abre-se e somos chamados pela pessoa do outro lado para a ajudar na sua própria jornada. Nem sempre somos chamados para outra porta na Terra. Mas, se o formos, seremos capazes de atender ao chamamento? Podemos passar ao lado e perder uma valiosa lição de vida, ou podemos atravessar a porta e entrar na aventura da circunstância de vida de outra pessoa. Estas paragens podem ser breves, mas tornam-se momentos definidores na nossa jornada na Terra. Criam uma grande e muito específica oportunidade de crescer na nossa educação espiritual na Terra.

Conheci Keara Barnaby numa noite, num jantar de aniversário que o Andrew organizou para mim num ótimo pequeno restaurante francês em Huntington, Long Island. Keara é fácil de lembrar — além de ser bonita, inteligente e engraçada, tem olhos azuis que brilham como diamantes. Embora pensasse que a tinha conhecido pela primeira vez naquela noite, ela lembrou-me que, na verdade, já nos tínhamos encontrado alguns anos antes. Ela tinha vindo a uma sessão de grupo que acabou por ser uma espécie de reencontro — voltou a conectar-se com o Andrew após muitos anos e reconectou-se com o seu pai biológico, que abandonara a família quando ela era pequena e que já tinha falecido.

Além de ter formação em música, Keara trabalhava na área da medicina — oncologia, para ser específica. Falámos sobre como os nossos trabalhos se situam ambos no espetro da vida e da morte — o dela antes de partirem, o meu depois. Ela falou com tanto entusiasmo do seu trabalho e de como é um emprego difícil mas gratificante, e eu fiquei curioso por saber se alguma vez se sentira atraída por um paciente em particular cujo falecimento não esqueceria.

Queria saber se alguma vez acontecera a sua própria jornada aqui ter sido momentaneamente desviada pelas necessidades de outro ser humano que, aparentemente por acaso, entrara na sua vida. Com tantos pacientes a aproximarem-se do seu próprio fim, tinha curiosidade em saber se o seu caminho alguma vez a fizera parar, como um automobilista numa

autoestrada, para ajudar outra pessoa que estava avariada na berma da estrada. Mas antes que ela pudesse responder, fomos interrompidos da forma mais bela — sobremesas. Sobremesas francesas. Como sou facilmente distraído por doces, nunca cheguei a obter a resposta à minha pergunta. Mas quando chegou a altura de outro livro, lembrei-me do passado de Keara e pensei que seria fascinante se ela se sentasse para uma sessão e visse quais os pacientes que viriam agradecer-lhe pelos cuidados e dedicação. Ela mostrou-se recetiva à ideia e, embora para mim fosse um terreno completamente aberto, suspeito que Keara já soubesse quem viria e porquê.

Esta é a história de Keara, nas suas próprias palavras:

Sempre adorei medicina. O meu interesse em seguir medicina como carreira foi despertado pelo facto de o meu avô ter cancro do cólon e eu ter ajudado a cuidar dele. Quando entrei inicialmente na medicina, estava na medicina interna, mas depois de o meu primeiro filho nascer, descobri um amor pela oncologia. Trabalho como assistente médica. É basicamente como ser médica — posso fazer as coisas que os médicos fazem pelos pacientes, mas o meu trabalho é supervisionado por um médico. Comecei numa posição a tempo parcial, mas em 2002 passei para a oncologia a tempo inteiro. Descobri que era realmente a minha vocação e aquilo que queria que fosse a obra da minha vida.

A oncologia é uma especialidade muito abrangente. É fascinante do ponto de vista científico e é multifocal — é preciso conseguir equilibrar todos os problemas médicos do paciente dentro do seu cancro e também juntamente com o diagnóstico de cancro. Algumas pessoas que têm um cancro podem também ter outras comorbilidades. Por isso, ajuda ter uma base muito sólida em medicina interna para se ter sucesso em oncologia.

E para além do aspeto médico, há também um aspeto pessoal muito forte. Parte do que faço no tratamento do cancro é ajudar a fazer a transição das pessoas para os cuidados paliativos quando o diagnóstico já não responde ao tratamento e se torna terminal. Embora a taxa de sobrevivência ao cancro seja hoje muito mais elevada do que era há vinte anos, há alguns pacientes cujo cancro pode progredir, mesmo após anos de tratamento, e outros cujo cancro progredirá rapidamente apesar dos melhores tratamentos. Parte daquilo que consigo fazer pelos meus pacientes é ajudá-

los a aceitar o processo e o desfecho, seja ele qual for — e é nessa parte que eu realmente me concentro.

Adoro a medicina, mas o que amo mesmo é o aspeto interpessoal com os pacientes e os seus cuidados. Ajudo-os a compreender o diagnóstico, a doença e, quando chega o momento, a transição para os cuidados paliativos. Por vezes, os pacientes precisam de ajuda para aceitar que, do ponto de vista médico, já nada mais podemos fazer por eles.

Ajuda-os saber que a equipa médica em quem confiaram as suas vidas se preocupa com eles e com todos os seus problemas, e isso também ajuda as famílias dos pacientes. Damos muito apoio e orientação, e ajudamos os pacientes a compreender o processo quando estão a lidar com questões de fim de vida — que não vamos permitir que tenham dores, que não os vamos deixar sofrer. E depois de terem lutado tanto, por vezes os pacientes quase sentem que precisam de permissão para se deixarem ir quando chega a sua hora, e que já não têm de lutar. Tentamos tornar isso aceitável para eles.

Também me vejo a ter de intervir de forma muito pessoal quando os pacientes têm muito pouco apoio por parte da família e dos amigos. Quando enfrentam estas questões sozinhos, é triste e muito assustador, por isso dependem muito de ti não só para o tratamento, mas para amor e apoio. Quando isso acontece, tornas-te um membro da família para eles — abrem-se sobre a doença e sobre os seus medos.

Chegas realmente a conhecer muito sobre eles e sobre as suas vidas — os sucessos, os fracassos, os amores e as tragédias. Tudo se junta e, contigo, as coisas podem fechar o círculo. Vives a vida deles através dos olhos deles. Vives a doença através dos olhos deles. No ponto em que já não podemos fazer mais nada, surge esta aceitação de todo o conceito de vida, de doença e de morte. E tu passas a fazer parte dessa aceitação — ajudaste-os a encontrá-la e ajuda-los a atravessá-la. E isso torna-se o momento de paz deles.

Sinto-me mais chamada como amiga do que como assistente médica, especialmente com os pacientes muito doentes. Eles têm medo e precisam mais de uma amiga do que de uma médica nesse momento; precisam apenas de alguém que compreenda. No ponto em que já não podemos fazer mais nada por eles, já não precisam de mais diagnósticos; precisam apenas

de uma amiga e talvez de um abraço. Embora tentemos arduamente salvar-lhes a vida, quando isso não é possível, a melhor coisa seguinte é estar lá para eles da forma que precisarem — e por vezes isso significa apenas segurar-lhes a mão. Portanto, enquanto o paciente está a fazer a transição, o pessoal médico à sua volta também está a fazer uma transição — passamos de os tratar da melhor forma possível, a compreendê-los da melhor forma possível, a simplesmente sermos amigos quando é necessário. Juntos, aceitamos os limites da medicina e todos fazemos a transição para a fase seguinte, que é ajudá-los a compreender, a aceitar e, quando chegar a hora, a deixar ir.

Conheci a Hedda quando ainda estava na medicina interna. Ainda não tinha passado para a oncologia a tempo inteiro, mas trabalhava no piso de oncologia. Ela entrou com leucemia aguda, por isso teve muitos procedimentos como internada e, por vezes, as suas contagens caíam a pique e não lhe era permitido sair do hospital. Precisava de transfusões constantes e estava muitas vezes em alto risco de infeções. Como isso significava que a via durante semanas seguidas, ela e eu tornámo-nos muito próximas.

Após uma série de tratamentos, ela melhorou muito e pôde ir para casa. Saiu do hospital, sentia-se bem e convidava-me para ir a sua casa, onde passávamos momentos ótimos. Mas depois a leucemia voltou e ela sabia que desta vez não seria uma doença muito longa. Começámos a falar sobre o que isso significava. Confidenciou-me que tinha pavor de estar sozinha quando morresse.

Sentia-se muito sozinha na vida, embora tivesse mais amigos do que conseguia contar. Sentia-se muito insegura e pouco amada. No tempo que passámos juntas, tanto como clínica como depois como amiga, prometi-lhe que ela não estaria sozinha. Tentei tornar aceitável para ela a realidade da sua condição e sei que parte da aceitação dela passava por se sentir melhor com o facto de, quando chegasse a hora, eu lá estar para a acompanhar até ao fim.

Cheguei realmente a conhecer a Hedda de forma pessoal. Ela não gostava de falar muito sobre a sua vida, mas pelo pouco que consegui perceber nas raras vezes em que falava, tinha sido uma vida atribulada. Não era aceite pela família por ser lésbica e, embora tivesse muitos amigos e alguns parceiros românticos ao longo dos anos, muitas vezes sentia que as

pessoas de quem gostava e considerava amigos se aproveitavam dela. Por ser muito generosa e querer desesperadamente ser amada, nem sempre era a melhor juíza de carácter e prodigalizava atenção e dinheiro a qualquer pessoa que entrasse na sua vida. Infelizmente, na maior parte das vezes isso saía-lhe ao contrário e a sua boa natureza era explorada.

Isso fez com que se tornasse muito desconfiada das pessoas e que se sentisse muito sozinha. Nunca me lembro de ver família presente quando ela estava internada durante tanto tempo. Família era um assunto sobre o qual não queria falar, embora fosse muito aberta sobre tudo o resto na sua vida. Nem sei se tinha irmãos ou pais vivos. Tinha a mim, que considerava uma boa amiga, e não só confiava em mim como se sentia muito segura comigo.

Foi durante esse período que descobri que estava grávida do meu primeiro filho. Ficámos as duas radiantes. Dentro e fora do hospital, falávamos sobre o bebé e era uma ótima distração dos problemas dela na altura. Mas numa manhã ela ligou-me para casa e disse-me que tinha uma erupção cutânea que lhe estava a causar alguma dor. Foi vista e descobriram que era zona. O meu coração caiu — a zona é uma infeção viral causada pela reativação do vírus da varicela e é muito perigosa para grávidas.

A Hedda estava de novo no hospital e tive de explicar que, por causa da gravidez, não me seria permitido visitá-la. Sabia que ela ficou chateada, mas prometi que encontraria uma forma de estar com ela quando as coisas se tornassem agudas e ela começasse o processo de morrer. Sentia uma culpa enorme por não poder estar perto dela à medida que a doença progredia. Quando prometo alguma coisa, considero isso muito sagrado e faço tudo para cumprir a promessa — especialmente a pessoas como a Hedda que contam tanto comigo. Mas tinha de me preocupar com a saúde do meu bebé.

Liguei muitas vezes por dia para me certificar de que ela estava bem e confortável e esperava que compreendesse que simplesmente não estava nas minhas mãos poder sentar-me com ela. Mas estava com ela em espírito. Para piorar as coisas, descobri que tinha placenta prévia, uma condição em que a placenta está demasiado perto do colo do útero, e que estava a sangrar. Fui colocada em repouso na cama pelo resto da gravidez. Parecia

simplesmente não haver forma de cumprir a promessa que fizera à Hedda de que estaria com ela quando estivesse a morrer.

Mais ou menos na altura em que fui confinada ao repouso na cama, a Hedda piorou muito. Antes disso, tinha-me ligado a dar atualizações sobre como se sentia, mas sofreu uma transformação da doença de uma forma menos aguda de leucemia para uma recaída fulminante, em que os sintomas são súbitos e dramaticamente mais graves. Não durou muito tempo depois disso e morreu, disseram-me, enquanto dormia.

Uma das enfermeiras do meu piso ligou-me a contar. Mas não precisava — eu sabia. Sentia-o e sabia que ela tinha partido. Sentia simplesmente que ela já não estava aqui. Não consigo explicar, mas é algo que sinto de vez em quando os meus pacientes partem. Por vezes acordo de um sono profundo a meio da noite e sei simplesmente que um paciente de quem era próxima tinha falecido naquela hora. E posso ir trabalhar no dia seguinte sem sequer precisar que me digam que o paciente morreu. Não com todos os pacientes — acho que enlouqueceria —, mas com aqueles que eram especiais para mim, como a Hedda — sim, sinto absolutamente quando partem.

Perto do fim da minha gravidez, sentia a Hedda à minha volta. Muito. Aliás, tive um sonho depois de ela partir, e foi um sonho muito comovente e intenso. Nesse sonho, ela veio ter comigo porque eu sentia a falta dela desde que partira, e abraçou-me. E eu senti-o. Sentia fisicamente a pressão do abraço dela. Parecia exatamente a Hedda, mas feliz, e estava a sorrir. Disse-me o quanto eu significava para ela e deu-me um abraço. Acordei a chorar porque não queria que ela fosse embora outra vez. O meu marido acordou alarmado e perguntou-me se alguma coisa estava errada, e eu contei-lhe o sonho que acabara de ter. Mas não queria sair daquele momento — ainda sentia o amor e a pressão do abraço dela. Foi um momento realmente doce. Até hoje, quando penso nisso, ainda o consigo sentir.

Tive um menino lindo a quem chamámos Matthew. Quando estava em trabalho de parto, de alguma forma os meus pensamentos foram ter com a Hedda, porque sabia que ela estava por perto. Os médicos estavam muito preocupados por causa da minha gravidez difícil e tive de fazer uma cesariana de emergência porque, francamente, o Matthew ficou encravado. Nunca tive medo, porém — nunca duvidei que ele ia ficar bem, e sentia-me

assim por causa da Hedda. Sentia simplesmente que entre a Hedda e os meus avós, nada ia acontecer àquele bebé. E nada aconteceu. Ele era lindo. E ainda é. Tal como as minhas outras três filhas — trigémeas, todas meninas.

Foi difícil quando a Hedda partiu. E senti-me culpada por não ter podido estar lá, depois de lhe ter prometido que estaria. Se não estivesse em repouso na cama, se ela não tivesse desenvolvido zona, eu teria estado lá e teria ficado responsável pelos seus cuidados. Poderia ter estado lá para lhe segurar a mão e dizer que estava tudo bem. Depois de uma relação tão próxima com ela, preocupo-me por me aproximar demais dos pacientes, já que o seu eventual falecimento causa tanta dor. Tive muitas relações muito boas com pacientes desde então, mas não tão próximas como a que tinha com ela.

Mas eles ainda precisam de mim — alguns não assinam a ordem de Não Reanimar a menos que eu esteja lá com eles, e alguns querem apenas que eu esteja por perto para lhes dizer que está tudo bem para se deixarem ir quando chegar a hora. Por isso ainda coloco todo o meu coração no meu trabalho, não apesar de uma situação como a da Hedda, mas por causa dela. Eles ficam tão comovidos com o que fiz por eles como eu fico com o que eles fizeram por mim. E ainda trabalhamos juntos — quando eles se sentem desconfortáveis a falar sobre cuidados paliativos ou sobre o medo de morrer, eu sinto-me suficientemente à vontade com eles para ter essa conversa.

Se conseguir tirar-lhes algum medo, então podem partir confortáveis e com dignidade. Os pacientes por vezes precisam de permissão das pessoas em quem confiam para se deixarem ir — apenas dizer-lhes que está tudo bem para se deixarem ir requer muita coragem e compaixão. Todos nascemos, vivemos, eventualmente adoecemos e morremos. Se eu conseguir tornar isso mais fácil com todas as ferramentas que tenho, tanto médicas como espirituais, que assim seja. Fiz não só o meu trabalho, mas o meu dever como ser humano nesta vida.

A SESSÃO

«Ok, portanto há uma presença feminina na sala até agora. Família, sim, mas não de sangue. Faz sentido?»

«Sim.»

«Bem, sim, claro que tem de ser alguém. Caso contrário, por que razão apareceria ela? Foi uma coisa parva de se dizer. Ela sabia que ia partir.»

«Mmm-hmm.»

«Vejo um uniforme. Ou algo relacionado com um uniforme ou é um símbolo de trabalho. Portanto a ligação familiar pode ser no sentido do trabalho. Sim, não sei porquê, mas ela diz-me novamente que sabia que ia partir.»

«Mmm-hmm.»

«Há a sensação de que era apenas uma questão de tempo. Na verdade — bem, tenho a certeza de que toda a gente seria, por isso não devia ser tão cínico — na verdade [ela] admite que estava um pouco nervosa com a ideia de partir.»

«Sim.»

«Não quero rir-me, mas ela acabou de fazer uma piada — "Se tivesse de fazer tudo outra vez, conseguia fazê-lo de olhos vendados."»

(Ri-se) «Ok.»

«Ela tem definitivamente um bom sentido de humor. Agora… ok, vou apenas dizer o que ouço… [ela] diz que tinha problemas graves de saúde. Quero dizer, obviamente algo que ameaçava a vida, porque me diz que partiu de algo relacionado com a saúde.»

«Ok, sim.»

«Mas ela disse-me — grave. Pode ter sobrevivido durante algum tempo, mas como ela refere, é quase como se, quando foi diagnosticada, pensasse: A quem estou a enganar? Continuo a ver o Certificado de Óbito de O Feiticeiro de Oz — é um sinal para mim de que ela pensou: Eu sei que vou partir, vou fazer o meu melhor para melhorar, porque há casos em que as pessoas melhoram… e ela mostra-me que esteve bem durante algum tempo.»

«Sim.»

«Diz que foi como uma montanha-russa. Estava a correr bem, depois não, depois sim, e depois não. Mas no fim, fala sobre partir num estado de

sono. E pensou: Ok, acabou-se. Quanto a ela — querendo chamar os bois pelos nomes — luta-se durante tanto tempo e depois, quando as coisas começam a correr mal, começa-se a desistir ou a render-se. Mas ela lutou. Continuo a ouvir aquela canção Put On a Happy Face, por isso a atitude dela era positiva e tentava manter tudo animado. Mas na verdade ficou contente por perceber que era a sua hora de partir. Porque diz que, se não fosse, tê-la-iam mandado de volta.

Ou teria melhorado, ou o que fosse. Uma coisa que aprendeu é que não se chega lá a menos que se deva estar lá. Claro, mais uma vez, diz que se alguém tirasse a própria vida, bem, isso seria diferente. Ou, porque não quer confusões, mesmo que soubesses que ias partir e [tentasses] acelerar o inevitável, ainda assim devias estar lá. É apenas uma questão de tempo. Ela abençoa-te por teres sido boa para ela antes de partir. Diz realmente que acalmaste os medos dela.»

«Sim.»

«Fala sobre o apoio emocional ter sido um grande ponto positivo. Sabe que não és presunçosa e não vais aceitar o mérito, mas diz que as coisas mais simples acabam por ser as mais profundas. Também não te vai enganar — está contente por ter acabado.»

(Ri-se) «Ok.»

«Não sei se isto está correto, mas deram-lhe algum tipo de tratamento como quimioterapia? Veja-se, não sei se há outro tipo de tratamento. Por isso não sei se ela me está a mostrar quimio para significar quimioterapia ou apenas tratamento.»

«Sim.»

«…Porque ela admite que se sentia sempre nauseada por causa disso. Mostra-me Pepto-Bismol, mas diz-me que não era assim tão simples.»

«Certo.»

«E não está a tentar parecer mártir, mas agora que tudo acabou, sentia que estava a ser comida por dentro. Uma coisa que ainda a espanta é que estava doente e não sabia. Está lá a fazer a sua destruição… e ela era jovem… por isso ficou definitivamente surpreendida com o diagnóstico. Entra a pensar que vai ser qualquer outra coisa e, quando é descoberto, o

mal já está feito. Espanta-a que tivesse estado lá todo aquele tempo a fazer estragos e ela a continuar com a sua vida.»

«Sim.»

«Mas ela ficou definitivamente chocada com o diagnóstico. E no fundo pensava que provavelmente era o fim. Teve certamente um período muito difícil antes de partir, e grande parte dele em silêncio. Na verdade, quase tudo em silêncio. Pensava que ia conseguir vencer, entendes?»

«Sim.»

«E ela diz: "Parece parvo dizer isto? Eu venci."»

«Ok.»

«É só que houve muito sofrimento em silêncio. E como ela diz, nunca pensamos nisto, mas chega um ponto em que o corpo simplesmente não aguenta mais. E depois isso começa a afetar-te espiritualmente. Ela diz que ficamos completamente esgotados — física, espiritual, emocionalmente —, tudo. Até ao ponto em que o espírito — a alma — se cansa. Tudo está a lutar uma batalha perdida. Ela diz que o corpo simplesmente desiste. Mas admite que, quando chegou lá, pensou que estava a sonhar.

A passagem dela foi como passar de uma divisão para a outra — não há anúncio público. Simplesmente partes. Mas ela diz-me que, mesmo tendo chegado bem e brincando que conseguiria fazê-lo de olhos vendados, descansou durante algum tempo quando lá chegou. Porque, mais uma vez, o espírito também tinha sido maltratado. Ela está assim meio indecisa — tinha algumas dúvidas sobre a existência de uma vida após a morte?»

«Não tenho a certeza. Ela dizia que acreditava.»

«Acho que o que ela quer trazer à baila é que, por mais que queiras acreditar, só sabes mesmo quando sabes. Provavelmente era mais aberta à ideia do que pensar que simplesmente morres e acabou-se. Mas diz-me que, até aprenderes por ti mesmo, ninguém sabe realmente. Mais uma vez, tinha incerteza sobre o que ia exatamente acontecer — não estava à espera que São Pedro a recebesse nas portas peroladas. Por mais que queiras acreditar, diz ela, não sabes até saberes. Além disso, para que fique bem claro, agradece-te por a teres ajudado a ficar mais tranquila. E isso foi uma grande ajuda para ela. Cuidas-te dela, diz-me, de mais formas do que uma, mas também a preparaste. Diz que a acalmaste e ajudaste a entrar nisso

com mais facilidade. Diz-me que apareceu em sonhos. Podes não ter a certeza, mas ela diz-me que te visitou.»

«Certo.»

«Fala da própria família. Portanto deve ter havido pessoas aqui para ela, tal como lá. Fala da própria família, mas puxa-me nos dois sentidos — para aqui e para lá.»

«Não tenho a certeza.»

«Ok, compreensível — família é um termo usado de forma muito ampla pelas almas, e inclui família por escolha — amigos, pessoas que se importam, o que for. É um termo carinhoso. Mas quando estava aqui, diz-me que era uma pessoa meio solitária.»

«Sim.»

«Admite isso. Não que fosse falsa ou coisa do género, mas dá-me a impressão de que era uma boa atriz a esconder os sentimentos de solidão. Ouço outra vez Put On a Happy Face — porque punha uma fachada.»

«Ok.»

«Não sei quanto sabes sobre ela pessoalmente, por isso não digas nada, mas ela dá-me a impressão de que já estava farta de tudo aqui.»

«Mmm-hmm.»

«Tenho pena dela porque parece ter sido uma pessoa muito solitária. É muito sensível, o que é uma bênção mas também pode ser uma maldição… Fala novamente em ter sido muito solitária, mas simplesmente não era algo de que quisesse falar quando estava aqui. Mais uma vez fala em família, mas apresenta-se a ela própria como família para ti… tu e ela tornaram-se de certa forma família. Por carinho.»

«Sim.»

«Não sei quanto sabes realmente sobre ela — diz que não teve a vida mais fácil aqui.»

«Sim.»

«…Porque não pode negar que está contente por ter saído daqui. Está contente por ter terminado… quer saibas quer não, dá-me a sensação de que, enquanto crescia, realmente não tinha ninguém.»

«Mmm-hmm.»

«Admite, e não está a desvalorizar esta existência, mas diz que teve muitas desilusões aqui. E dá-me a sensação de que parte disto talvez saibas, parte talvez não. Mas acho que porque é difícil de acreditar, admite que o sentimento de estar muito sozinha contribuiu para os seus problemas de saúde. Sabes — agora, tem em mente que eles vêm ter contigo de uma maneira que tu sabes do que estão a falar, por isso não vou questionar nada —, mas ela admite que a solidão foi um fator que contribuiu para a sua doença.

Mas como diz, algumas pessoas precisam da doença para receber amor e carinho. E algumas pessoas precisam da doença para poder dar amor e carinho. Mostra-me uma equação matemática — é como dois mais dois são quatro — chegou à conclusão de que havia uma razão para ela estar doente, havia uma razão para tu estares lá, e que toda a gente desempenhou o seu papel de acordo com a equação. Diz que, se não tivesse ficado doente, não te conheceria de lado nenhum.»

«Sim.»

«Os vossos caminhos não teriam razão nenhuma para se cruzar. Fizeste o que tinhas a fazer. Mas ela reconhece que também foi muito doloroso para ti. É difícil manter as emoções de fora. Mas ela está certamente bem e num lugar feliz. E muito satisfeita por o dizer. Diz que uma das maiores lutas aqui é ter sentimentos. Os sentimentos podem ser um verdadeiro criador de problemas tanto quanto podem ser algo positivo. Pode não ter expressado isto contigo, mas admite que levou muito a peito quando a doença foi descoberta. Não quer parecer queixinhas, mas não teve a vida mais fácil aqui. E ficar doente foi só a cereja no topo do bolo. Pensava: Ora, não é que isto calha mesmo a mim.»

«Sim.»

«Mas agora percebe que houve um final alegre. Diz que tudo fez parte da sua experiência de vida. Não digo isto de forma maldosa, mas ela era um bocadinho boa atriz, sim?»

«Sim.»

«Sinto que não tinha medo de me expressar, mas também guardava os sentimentos para mim. Diz que teve de aprender a confiar. Não sei se sabes algo sobre a infância dela, mas sinto uma falta de confiança no ambiente em que cresceu. É como se um dia tudo pudesse estar bem e no dia seguinte tudo estivesse no caixote do lixo, por isso não confiava em nada. Nada parecia constante. Nenhum dos seus relacionamentos era consistente em proximidade. Na infância e já como mulher adulta. Mas era uma lutadora.»

«Sim.»

«É engraçado — é como se o corpo dela estivesse a falar com ela. E em determinado momento disse: Deixa-me ir, não vai melhorar. E como ela diz, é algo que todos vamos enfrentar mais cedo ou mais tarde. Chegas ao ponto de pensar: Para que serve? Tinha problemas de abandono?»

«Pode ser, não tenho a certeza.»

«É como se tivesse família, mas não tivesse família. Sentimentos de solidão, isolamento, não conseguir confiar — diz que podemos achar que teve uma vida muito triste, mas chegou à compreensão de que foi uma vida realizada. Diz que não entendemos o valor destes momentos até chegarmos ao além e fazermos a revisão da vida, e tal como naquela equação, tudo encaixa perfeitamente. Os pais dela já partiram, sim?»

«Não sei bem.»

«Fala nos pais, mas é tão vago que não consigo perceber se a morte deles é no sentido físico ou emocional. Não quero dizer isto, porque acho que não é verdade, mas quase me parece que ela foi adotada. Porque tem pais, mas não parecem estar por perto, novamente seja no sentido físico ou emocional.»

«Não tenho a certeza, mas ninguém estava lá para ela que eu soubesse.»

«Isto é interessante — traz à baila o tema da reencarnação. E diz que não está muito ansiosa por voltar tão cedo.»

(Ri-se) «Compreendo.»

«Na verdade está contente por ter sido ainda melhor do que esperava. Mais uma vez, tudo fez parte da sua experiência de vida. Isto é estranho — havia pessoas lá para ela, mas ninguém estava por perto. Continua a mostrar-me água quente e fria — que as coisas mudavam constantemente. E volta ao tema da solidão. E parece ter dito antes que talvez tivesse receio de partir porque sentia que ninguém ia estar lá para ela. E também não tinha a certeza de quem esperar lá.

Nesse momento, nem tinha a certeza se queria que alguém estivesse lá para ela. Tantos bloqueios daqui tornaram-na apreensiva quanto a quem teria de enfrentar no além. Mas é interessante — mostra-me animais, animais a recebê-la para a tranquilizar. Podiam ser os animais dela que já tinham partido, ou simplesmente animais em geral. Mas estavam lá para facilitar a transição e trazer-lhe paz. É quase do modo como se usam animais para terapia emocional e até física aqui.»

«Certo.»

«Mais uma vez, eles tranquilizam-te quer os conheças quer não. Nunca te sentes ameaçado pela presença deles. Deve ter havido muita confusão na infância dela. Também não sei o que pensar disso. Parece sentir-se presa na sua situação — e é triste ouvir isto, mas simplesmente não se sentia amada aqui. Parte o coração ouvir.»

«Sim.»

«É por isso que dizem novamente que, numa situação como a dela, a Presença Divina pode enviar animais para facilitar a transição em vez de pessoas. É menos complicado e há muito menos com que se preocupar. Parece que na Terra tinha tendência para querer agradar às pessoas.»

«Oh sim.»

«E isso é perigoso, dado o que ela viveu. Mostra-me o uniforme de boa menininha de escola católica — não sei se ela foi, mas pode ser apenas o meu símbolo para entender como uma ex-aluna de escola católica para outra. Ensina-se a ser-se altruísta, a fazer tudo certo e a manter toda a gente feliz. E se não acontece, então é porque não te esforçaste o suficiente.»

«Compreendo.»

«Mas mais uma vez, fala em ter levado o diagnóstico e a doença a peito. Como um golpe baixo pessoal. Como se fosse uma página do

passado. Parece que às vezes se culpava por coisas que aconteciam aqui, mesmo que não estivessem sob o seu controlo. E é por isso que levou o diagnóstico tão a peito — foi como mais um pontapé nos dentes do passado. E para não ser repetitivo, mais uma vez diz que está contente pra caraças por ter saído daqui.»

(Ri-se) «Bom.»

«Não se sente sozinha lá. Diz-me que seguiu os animais até um lugar onde pôde descansar. E foi exatamente o que fez. Para que os sentimentos de solidão e isolamento das pessoas daqui se lavassem da alma dela juntamente com a doença física que lhe roubou o espírito. Agora compreende que todo aquele sofrimento fez parte do seu cumprimento espiritual, e isso acrescenta à sua alegria no além. Percebe que passou por tudo aquilo e chegou à meta. Tudo isso realmente a faz irradiar alegria.»

«Bom.»

«Disse que perto do fim tinha medo de ter medo. Mas a transição foi muito mais fácil do que esperava. De certa forma compensou muitos dos problemas que enfrentou aqui. Parecia ter azar nas relações — nada parecia resultar —, azar no amor, isso com certeza.»

«Não, de todo.»

«Sem querer parecer mártir, muitas vezes sentia que a enrolavam. Mas ela própria também podia ser um bocado solitária. Essa era a sua zona de segurança. Mostra-me uma rede, como uma rede de segurança debaixo de um trapezista.»

«Sim.»

«Mas certamente elogia-te por a teres ajudado a ter um final feliz. Dá-te muito crédito por uma coisa — antes de partir, ficou contente por ter conseguido acreditar que eras sincera na tua amizade. Porque teria tendência para não confiar nas pessoas. Mas confiou em ti. Esse pequeno empurrão ajudou-a a chegar à meta e a partir em paz. Está num estado de espírito muito melhor lá. Menciona, no entanto, que foi usada aqui, de muitas formas.»

«Sim.»

«E isso parece ser a coisa que mais lhe doía, mesmo quando chegou ao além. Foi algo com que teve de se reconciliar. Era um bocadinho ingénua, e no caso dela isso era perigoso. Chegou à conclusão de que ser usada foi um bocadinho culpa dela. Sentia-se picada por isso. Como compreende agora, acha que talvez se tenha colocado em algumas das situações problemáticas. E em vez de desistir quando sabia que as coisas não estavam a resultar, caía no mesmo padrão de tentar agradar, tentar corrigir.»

«Sim.»

«Também chegou à conclusão de que estava tudo bem estar sozinha e que não havia necessidade de ter medo disso. Não somos condicionados a pensar assim, mas na verdade estava tudo bem, e não havia necessidade de deixar que a emoção de se sentir só a dominasse. Também percebe lá de cima que algumas pessoas aqui a achavam um bocado chata.»

(Ri-se) «Ok.»

«…Mas o coração dela está no sítio certo.»

«Sem dúvida.»

«E ela está bem com o facto de ter sido vista assim. Diz que mesmo do outro lado — não quer dar a impressão de que quando atravessamos tudo se torna perfeito. Diz que tudo bem ir para lá e ainda se sentir um bocadinho incomodada por ter sido usada. Encontrou paz com isso, mas é um processo lidar com isso antes de poder libertar. Diz que sofreu aqui de coração partido, mas chegou à conclusão de que não era necessário fazer tudo certo aqui o tempo todo. Somos tão condicionados aqui a pensar que tudo tem de ser feito da maneira que nos dizem que deve ser; caso contrário, não estamos a fazer bem. Mas lá aprendeu que não há certo — é o que fazemos que faz sentido dentro da nossa alma, e isso é que o torna a coisa certa a fazer.

Mesmo que não tenha o resultado que esperávamos. Aprendeu agora que está tudo bem sentir-se triste ou deprimida, independentemente do facto de sermos condicionados aqui a pensar que não podemos ou não devemos sentir essas coisas. Diz que não te encontras — nem aqui nem no além — enquanto não experimentares tanto o bom como o mau. Ambos são

necessários. Mas mais uma vez, agradece o teu cuidado e compaixão, porque sabe que não tinhas de o fazer.»

«Bem… compreendo.»

«Diz vamos ser honestos um com o outro — não tinhas de te importar tanto quanto te importaste, nem de dar tanto quanto deste. Mas foi a tua intuição feminina que sentiu que ela precisava desse cuidado extra — dessa injeção extra no braço. E isso significou ainda mais para ela, porque, como disse antes, não havia mais ninguém.

Não havia família, não havia amigo. Mas, por outro lado, diz que chega à compreensão lá que não devia ter ficado muito surpreendida por ninguém estar lá. Mas quando realmente importou, soube que alguém estava lá para ela. Foste tu. Podes ter sido uma estranha para ela no sentido mais amplo, mas para ela, na altura e na sua passagem, eras família. E considera-se muito sortuda por te ter tido.»

«Obrigada.»

«Diz que partiu jovem para os padrões de hoje.»

«Sim.»

«E embora fosse uma mulher adulta, ainda era uma menina pequena por dentro.»

«Sim.»

«Diz que fez amigos lá. Menciona uma Susan, mas acho que não seria ninguém que reconhecesses. Fala em fazer amigos, especialmente com almas que também passaram por períodos de solidão ou de se sentirem tristes e isoladas na Terra. Isso por si só já é um enorme triunfo. Não sei se é alguém a tentar chamar a minha atenção, mas alguém chama o nome George.»

«Não tenho a certeza.»

«Parece estar com ela. Mas ela está a falar de fazer amigos, por isso não vais conhecer essas pessoas mais do que eu. Mas essas pessoas têm o coração no mesmo sítio que ela. Estão na mesma vibração e compreendem-se mutuamente. São almas que também não foram as pessoas mais felizes na Terra, mas agora triunfaram. E mais uma vez, diz que não tem qualquer intenção de voltar tão cedo.»

(Ri-se) «Ok.»

«Detesto continuar a dizer isto, mas mais uma vez — não consigo evitar sentir dela o quanto estava triste.»

«Era uma mulher muito triste.»

«…É por isso que fico tão contente por ouvir que ela está bem, num lugar feliz e pacífico, e em harmonia consigo mesma e com os outros. Está a lidar com as questões de ter sido usada e até de se ter deixado adoecer. É engraçado — diz que só queria ser amada.»

«Era ela.»

«É por isso que, quando esta doença chegou, ela já estava farta. Hmm… que bom ouvir isto… a única coisa de que se arrepende é de não te ter conhecido mais cedo.»

«Aww.»

«Não teria acontecido logo, mas a tua bondade teria ajudado a baixar as defesas dela. Mas diz que foi melhor ter-te conhecido de todo do que nunca ter conhecido. Agradece-te por a teres ajudado a encontrar o caminho — era uma menina pequena que estava perdida, e a tua bondade ajudou-a a encontrar o caminho. É bastante espantoso que tenha baixado as defesas contigo. Até certo ponto, diz ela.»

«Mmm-hmm.»

«Agora, de uma forma geral, porque ela pareceu ter mais necessidade de ser ouvida — mas ela refere que há outras pessoas lá que tu cuidaste e protegeste. Não as conhecia, mas diz que há outras almas, tanto masculinas como femininas, que tu de certa forma preparaste. Há uma presença masculina na sala que diz exatamente isso — preparaste-o. Diz que toda a gente vai ter medo no último momento, por isso ter um rosto amigo e um amigo para ajudar a facilitar a transição é maravilhoso. Uma coisa que a tua amiga me pede para te dizer é que estás na profissão certa.

Podes ter pensado para ti mesma: Como é que isto veio parar às minhas mãos? Mas era suposto. Esse é o trabalho da tua vida. E ela diz que és espiritualmente apoiadora mas não és avassaladora nem julgas. Permitiste-lhes a dignidade. Ela sente genuinamente que a amaste, pelo menos durante o tempo em que te conheceu. Por isso, nesse breve período,

pôde experimentar esse tipo de amor e sinceridade. Então diz: "Cruzaste o meu caminho exatamente na hora certa." Mais uma vez, estavas onde devias estar e, se ela não tivesse adoecido, nunca te teria conhecido.

Estão a dizer-me que se estão a retirar, mas com uma expressão de gratidão. Percebem que há apenas o que podes fazer, e isso é suficiente. Ninguém estava à espera de milagres. Mas uma coisa que ela quer mesmo enfatizar é que deixaste uma impressionante marca emocional nela antes de partir. E sabe que não vais achar que foi grande coisa. Mas foi. Para eles. E faz parte da tua experiência de aprendizagem — aceitar elogios.

Todos fomos ensinados a não ser orgulhosos, mas ela diz: porque não há de alguém sentir-se bem consigo mesmo pelo facto de ter deixado uma grande marca na vida de alguém no momento mais importante da vida dessa pessoa — antes de deixar a Terra. Quando pensas nisso, o que é que tem de errado? Ela estende-te rosas brancas lá de cima, espiritualmente. E começa a retirar-se com os outros. Mas está sinceramente contente por te dizer que está bem e num lugar feliz. Eu diria que ela merece.»

«Oh sim, merece.»

«E ela também chegou à conclusão lá de que merece.»

«Bom.»

«Diz que as almas lhe disseram, e ela própria chegou à conclusão de que ganhou a sua paz e a sua alegria. Com isso retira-se com os outros e expressa a sua gratidão até te voltar a ver, porque sabe que os vossos caminhos se vão cruzar novamente um dia, tal como aqui. Estará contigo para retribuir a tua bondade quando chegar a tua hora de partir, para que te sintas segura, feliz e sem medo. E com isso, vão-se embora.»

Adoro histórias como estas, provavelmente porque acontecem com muito mais frequência do que as pessoas imaginam. Por mais que conheçamos alguém, podemos nunca saber o impacto que o nosso amor, cuidado e compaixão tiveram na vida dessa pessoa. Até que, em alguma circunstância afortunada, eles consigam voltar depois do facto e contar-nos. Por vezes aparece uma alma que não é suficientemente significativa para saltar imediatamente à mente da pessoa na sessão, mas quando a alma insiste e lembra mesmo das circunstâncias mais breves, a pessoa começa a recordar. Às vezes o encontro foi muito curto, mas deixou marca nessa

alma, que nunca esqueceu a bondade recebida e achou importante aparecer numa sessão para lembrar e agradecer.

Lembro-me de uma sessão com o Andrew em que ele se esforçou ao máximo para se lembrar de uma mulher chamada Goldy, que tinha aparecido no fim da sessão. Quando eu já estava prestes a desistir, ela disse "perfume" e todas as luzes se acenderam para o Andrew. "Sim", disse ele, "mas só trabalhámos juntos um dia." Lembrou-se de ter trabalhado num emprego pós-faculdade como modelo de fragrâncias na Bloomingdale's. Durante uma promoção na loja, uma colega muito mais velha do que o resto das modelos de vinte e poucos anos estava a ter dificuldade em acompanhar as exigências do trabalho.

O Andrew juntou-se a ela para a ajudar a fazer algumas vendas — na verdade, para que ela não fosse despedida. No fim do dia, ela agradeceu-lhe, mas nunca mais voltou. Na sessão, explicou a ambos que aquele único dia lhe restituiu a fé na bondade das pessoas. Era recente viúva, estava sozinha, assustada e a ter de se virar na vida outra vez. Agradeceu ao Andrew pela bondade, mesmo que tivesse sido só um dia, e disse-lhe o quanto significara para ela que ele tivesse passado aquele tempo com ela.

Nunca sabemos como as nossas ações, boas ou más, afetarão outra pessoa. Mas tudo o que é feito com bondade nunca é esquecido pelas almas, nem pela Luz Infinita. É como uma conta poupança — todo o bem lá vai parar e espera por nós, ganhando juros o tempo todo e crescendo com as outras bondades, até que todas se redimem para nós no mundo do além. As pessoas podem contar-me, por vezes com detalhes impressionantes, algumas das coisas terríveis que fizeram na Terra, mas ninguém parece lembrar-se das coisas boas que fez.

Suponho que seja um verdadeiro sinal da nossa humanidade não andarmos a contar cada vez que somos simpáticos com alguém, mas não nos lembrarmos de todo parece-me triste. Podemos não nos lembrar, mas as pessoas a quem fizemos a bondade nunca esquecerão. Levam isso com elas como um presente para o além, e pegam nesse presente e cobrem-nos com ele e mais ainda, para nos agradecer por termos sido especiais para elas quando mais precisavam. É algo para lembrar — não só a lição, mas a bondade. Lembra-te se conseguires, mas não te preocupes se não conseguires. Acredita, alguém se lembrará.

8

TU ESTÁS AQUI MICHAEL

Há um provérbio zen que adoro: «Larga ou serás arrastado.» Esta única frase cristaliza lindamente aquilo que as almas tentam ensinar-nos sobre deixar que a jornada das nossas vidas faça as suas curvas e reviravoltas, e confiar que o resultado será exatamente o que devia ser. Alguns de nós começamos a ficar preocupados quando o caminho não é tão claro como pensávamos que seria. Muitos de nós entrarmos em pânico quando a direção nem sempre parece certa.

Mas as almas tornaram evidente que, por vezes, em algumas jornadas, caminharemos no nosso caminho apenas para sermos soprados para outro portal, outra circunstância, que nos força a repensar tudo o que aprendemos até aquele ponto. Podemos ir a espernear e a gritar, mas é para lá que temos de ir. É onde devíamos estar. Acho que nenhuma história ilustra este conceito tão bem como a improvável vida do Michael.

Para ser sincero, a minha memória já não é a melhor. Depois de ter encontrado dezenas de milhares de clientes nas últimas quatro décadas, simplesmente não consigo lembrar-me de todos os nomes, rostos e detalhes de todas as minhas sessões. No entanto, quando conheci recentemente a Sally Darrow, a mãe do Michael, por algum motivo meteu-se-me na cabeça que a alma de uma ruiva maluca se faria notar. Não sei porquê. Na sessão dela, o irmão, que se tinha suicidado alguns meses antes, apareceu. Mas durante a sessão aconteceu uma coisa engraçada — a ruiva maluca apareceu! De repente, a história da Sally voltou-me à memória.

A Sally tinha-me visitado originalmente anos antes, quando perdeu um filho por suicídio. Ele tinha apenas catorze anos. Lembro-me de pensar na altura que isso não podia ser possível, porque a Sally nem parecia ter idade para ter filhos. Além disso, veio à sessão com a mãe e eu pensei que o rapaz que lhe chamava Mamã durante a sessão era filho da mulher que estava com a Sally. Depois de ele me dizer para simplesmente ouvir e não fazer suposições, ela apareceu: a ruiva maluca de quem eu de alguma forma me lembrava. Já a conhecia de antes, sentia-o, e esta mulher jovial e engraçada disse-me que era irmã da Sally e que sim, já nos tínhamos encontrado antes. O meu coração começou a pesar — pensei: Meu Deus, quantas pessoas perdeu esta mulher? Como é que uma mulher com tanta

perda e devastação entra numa sala a sorrir, extrovertida, encantadora, e não está completamente destruída? Conhecer a Sally é saber o quanto ela é uma pessoa incrível, e depois a pergunta torna-se fácil de responder. Ela é a Sally, e alguém tem de o ser.

Depois da sessão, a Sally contou-me que tinha vindo originalmente ver-me com a mãe pouco depois de a irmã se ter suicidado, e lembrei-me de ter tido tanto divertimento a comunicar com esta ruiva fogosa que era irreverente, engraçada, inteligente e de bom coração. Lembro-me até de ter pensado na altura que devia ter sido um golpe terrível perder uma irmã com tanta vida. Mas a irmã reconheceu que tinha tido problemas na Terra e que, por vezes, o tormento mental pode ser tão fatal como um cancro terminal. Lembrei-me porque gostava tanto dela e porque a Sally era uma pessoa tão maravilhosa.

Lamento dizer que a vida da Sally a transformou numa cliente um pouco regular. Não desejaria esse tipo de dor e sofrimento a nenhuma alma viva. Mas ela carrega-o e, apesar disso, continua de uma forma que me enche de orgulho. Mas algo estranho aconteceu na última sessão dela depois de o irmão ter partido: eu estava a comunicar com o elenco habitual — e agora bastante familiar — quando apareceu uma menininha, aparentemente ninguém da vida da Sally. Era claro para mim que não era parente e nem sequer parecia uma amiga ou conhecida. Apenas uma menininha que queria dizer olá. Por um momento pensei que se tinha enganado na sessão, mas falou com a Sally como se a conhecesse e depois referiu-se ao filho da Sally, o Michael.

Eles não faziam ideia de quem era aquela menininha e eu não consegui ajudá-los de todo. Mas ela tinha uma mensagem para o Michael — disse que estava a vigiá-lo e a ajudá-lo o melhor que podia, mas que ele também tinha de se ajudar a si mesmo. Num instante, todas as luzes se acenderam para a Sally e ela ficou maravilhada com o que ouviu.

Alguns meses depois, a Sally confidenciou-nos que a mensagem era mesmo para o Michael. Ele era um veterano sobrevivente da guerra do Iraque, a lidar com stress pós-traumático e a tentar manter-se limpo e sóbrio depois de vício em drogas e álcool. Contou-nos que quando o Michael ouviu a gravação da sessão dela que incluía a menininha, chorou. Chorou e ficou preocupado. Agora sabia que havia pessoas a vigiá-lo e que a sua luta para se manter limpo e sóbrio não era só dele. Por mais que a

mensagem da menininha o tivesse tocado, também o inquietou. Sabia que podia mentir a si mesmo, à mãe e aos amigos sobre a sobriedade, mas não podia mentir às almas. Por isso a mensagem foi tanto um encorajamento como um aviso. Ficámos intrigados com este estranho volte-face na sessão dela, por isso perguntámos à Sally se o filho estaria disposto a fazer uma sessão. Tínhamos curiosidade sobre o que mais as almas lhe poderiam dizer e se a menininha era apenas uma anomalia ou se realmente fazia parte do crescimento dele aqui e do seu sistema de apoio do além.

Tenho sobrinhos nas forças armadas. Conheço em primeira mão os perigos e as armadilhas da vida militar, especialmente durante e depois do combate. Por isso, se a sessão com o Michael pudesse ser mais uma flecha na sua aljava de bem-estar e paz, seria uma boa ideia em todos os sentidos. Embora o Michael tenha dito que sim, e a hora de comunicação tenha sido algo mais tocante, inspirador e comovente do que muitas sessões de que me lembro, ele pediu à mãe, a Sally, que contasse a sua história. Simplesmente não conseguia reviver o horror que viveu como soldado. Honrámos o pedido do Michael. A sessão dele connosco segue-se a seguir.

Esta é a história da Sally sobre o Michael, nas suas próprias palavras:

O Michael nasceu em fevereiro de 1986. Eu sempre ia chamar-lhe Michael e, quando nasceu, olhei para ele e tinha cabelo ruivo. A minha mãe estava lá e riu-se. «Um Michael ruivo», disse ela, e eu perguntei o que é que isso queria dizer, e ela só se riu e disse: «Vais ver, querida, vais ver.» E eu descobri o que ela queria dizer. Ele era o mais alegre de todos os meus quatro filhos; era o mais amoroso e adorava estar rodeado de pessoas. Adorava ser o centro das atenções, mas não era o tipo de criança que precisava de ser o centro das atenções e simplesmente irritava as pessoas.

As pessoas adoravam estar com ele e ele era tão feliz. Mas por baixo de toda esta alegria e felicidade, eu conseguia sempre detetar um bocadinho de tristeza nele. Era algo que não conseguia identificar muito bem até crescer um pouco mais. Só tinha dezanove anos quando o tive, por isso não tinha muita experiência de vida. Mas conseguia detetar um pouco de tristeza. Só soube realmente o que era quando ganhei mais experiência como mãe.

Dois anos depois, tive outro filho. O Michael era o meu pequeno ajudante nessa altura e era muito bom com o irmão mais novo. Aos cinco

ou seis anos, o Michael queria estar com os adultos. Era engraçado e juntava todos os primos porque tínhamos uma família muito chegada, e o Michael era sempre o líder deles. Acabava sempre por estar à frente de tudo. Tinha estes olhos grandes e lindos verde-azulados e este cabelo ruivo. Não ruivo-cenoura, mas ruivo lindo, e um sorriso enorme sempre. Era uma alegria e fazia-me sempre sorrir.

Mesmo quando fazia asneiras, como entrar em casa coberto de lama da cabeça aos pés, eu nem conseguia ficar zangada com ele, porque tudo o que fazia era rir e parecer envergonhado, e só me fazia rir. Era o miúdo que toda a gente reparava, sempre descontraído, sempre a sorrir e rodeado de amigos.

O Michael queria que toda a gente estivesse feliz o tempo todo porque ele se sentia feliz o tempo todo. Não compreendia nada que tivesse a ver com tristeza. Acho que a tristeza que eu via nele era porque ele sabia que as pessoas à volta dele nem sempre podiam estar felizes o tempo todo. Isto tornou-se especialmente verdade quando o pai e eu nos divorciámos. A partir daí, indo e vindo entre mim e o pai, via-se nos olhos dele. Por mais que sorrisse ou risse com aquele riso contagioso, via-se uma certa escuridão nos olhos.

Não compreendia porque é que não podíamos ser uma família feliz, porque é que já não podíamos todos viver juntos. Assumo toda a responsabilidade por essa tristeza nele. As luzes apagaram-se um pouco nele. Estava feliz o tempo todo, mas sabia que a mamã e o papá já não estavam juntos. Às vezes chorava, e ele nunca tinha chorado antes. O sorriso ainda lá estava, mas o sorriso nos olhos nunca mais foi tão brilhante.

Na escola, o Michael era o Sr. Popularidade. Jogava basquetebol, jogava futebol americano, jogava basebol — tudo em que se pudesse envolver, envolvia-se. Adorava os amigos e tinha montes deles, e era um aluno muito bom. Estava sempre entusiasmado por mostrar as boas notas, de matemática a artes. Era bom em tudo e encontrava grande alegria em tudo. O Michael não sabia o que era ser fofoqueiro ou bully, ou sequer discutir com amigos — as coisas normais da adolescência. Nunca passou por isso, nem nunca sentiu necessidade de brigar, intimidar ou dizer uma palavra má sobre ninguém. Era o tipo com quem toda a gente queria estar.

No primeiro ano do secundário, destacou-se na equipa de golfe e descobriu que tinha um dom natural com um taco de golfe. Mas ficou obcecado com o campo de golfe, o que se tornou um pouco irritante para mim como mãe. Agora que olho para trás, provavelmente foi a primeira vez que notei sinais de uma personalidade aditiva, sem sequer me aperceber.

O golfe simplesmente tornou-se importante demais para ele: não fazer um bom score deixava-o miserável, mas fazer um bom trabalho deixava-o eufórico durante dias. Podia ter-se tornado profissional. Esse era o sonho dele, se as circunstâncias não tivessem mudado a vida dele — e a de todos nós, na verdade — para sempre. Quando o Michael tinha dezasseis anos, o irmão de catorze anos, o Justin, suicidou-se com um tiro em nossa casa.

Todos nós, incluindo o Michael, vivemos em estado de choque durante muito tempo. Não esperávamos, não vimos os sinais — de todo. Mesmo olhando para trás todos estes anos depois, é muito difícil ver no Justin os sinais típicos de alguém a pensar no suicídio. Simplesmente não tinha nenhuns. Acho que o Michael foi o que levou pior entre os meus filhos porque se sentiu responsável.

O Michael já vivia comigo a tempo inteiro, mas o Justin ainda estava na casa do pai e continuava a ir e vir entre nós em semanas diferentes. Acho que o Michael sentiu que devia ter percebido mais alguma mudança no Justin ou ter-me contado se soubesse de algo que eu também devia saber. Mas ele tinha dezasseis anos e estava a fazer o que os rapazes de dezasseis anos fazem — preocupar-se com a escola, os amigos e as raparigas.

Aconteceu no Halloween. E mudou o Michael. Mudou a minha filha de oito anos e o meu filho de quatro anos. Mudou-nos a todos. Para sempre. São todos pessoas diferentes hoje por causa dessa tragédia. Posso apontar a mudança absoluta a 100 por cento no Michael a partir do Halloween de 2002, quando o perdi também. Perdi dois rapazes naquele dia. O Justin, pela morte, e o Michael, pela vida.

O Michael simplesmente desligou-se depois disso. Já não havia sorriso, houve comportamentos autodestrutivos, culpa, raiva, e a grande pergunta que continuava a fazer era: Porque não eu? E ver isto era tão difícil para mim. Apercebo-me todos estes anos depois do pouco que chorei

a morte do Justin porque estava tão consumida a tentar salvar o Michael. Não estou zangada com isso, mas apercebo-me. Como mãe tens de fazer escolhas e apagar os incêndios que tens à frente, e eu tentei. O Michael começou a ignorar o recolher obrigatório, desligou-se da escola (embora tenha terminado os estudos online) e começou a beber. Não achava que merecia ser feliz porque o irmão tinha morrido e ele não. Fumava erva e bebia em excesso, e era traumatizante, especialmente a atitude dele de «já não me importo».

Mas ele pediu ajuda e pediu para ser internado numa instituição de saúde mental. Começou aconselhamento com pares e começou a melhorar. Também ficou surpreendido por encontrar lá vários amigos do Justin, que também tinham sido afetados pelo suicídio do Justin. Esteve lá um mês e depois, durante algum tempo, entrava e saía quando os comportamentos autodestrutivos voltavam.

Mas quando lá estava e estava limpo, era um líder — era o líder do grupo e aquele a quem as outras crianças ouviam, e era amado pelos conselheiros e médicos, e até pelos pais das outras crianças. Por isso, quando estava bem, mantinha-se bem, mas quando caía, sabia o que estava errado e tentava voltar a juntar os pedaços. Continuava a lutar com a pergunta de porque tinha sido o irmão a morrer e não ele. Parecia simplesmente algo que ninguém conseguia responder por ele.

Desde pequeno que o Michael queria entrar para o exército. O Justin queria ir para a força aérea e o Michael queria ser G.I. Joe. O Michael ficou sóbrio depois de algum tempo na instituição e pensou que entrar para o exército lhe daria alguma estrutura na vida e ajudaria a iniciar a educação dele através do G.I. Bill. Era a única coisa em que podia seguir em frente que ele e o Justin tinham planeado juntos. Estava determinado a fazê-lo e pôs-se sóbrio e saudável.

Acreditava na altura, depois do 11 de Setembro de 2001, que era algo que precisava de fazer — não só pelo Justin, mas porque era algo que tinha decidido anos antes e porque queria fazer algo da vida dele. Acho que o momento de maior orgulho da minha vida foi vê-lo formar-se no treino básico — assistir a uma dessas cerimónias é de tirar o fôlego. O Michael tinha tanto orgulho em si mesmo e uma confiança que não sentia desde que estava num campo de golfe. Desafiou-se a si mesmo e venceu. Finalmente

estava no topo do jogo e as pessoas olhavam para ele com admiração, incluindo os comandantes.

O Michael foi enviado para o Iraque em outubro de 2006. Estava no meio do destacamento durante o reforço de tropas na Guerra do Iraque, quando o George Bush enviou mais vinte mil soldados para a zona e prolongou as missões das tropas que já lá estavam. Foi a parte mais sangrenta da guerra. O Michael absolutamente não pensava que voltaria daquele destacamento. Acho que nenhum dos que estavam com ele pensava. Soldados morriam à volta dele, ficavam com membros arrancados, e mais uma vez começou a pensar: Porque não eu?

E quanto mais não acontecia a ele, pior ficava para ele. Sofria muito de culpa de sobrevivente. Teve a sua quota-parte de acidentes e quase-acidentes — ser projetado de um Humvee e sofrer uma concussão por explosão, ser atingido na cabeça por betão que caía — sofreu algumas lesões na cabeça lá. Mas ainda assim fazia coisas na linha da frente, onde, se fosse para ser ele, teria sido. Era destemido nesse aspeto. Sabia que, se fosse para cair, cairia como herói.

A unidade dele foi destacada para guardar uma escola de crianças iraquianas, porque os insurgentes estavam a matar o próprio povo. Os insurgentes não eram mais do que miúdos — dezasseis ou dezassete anos —, mas era também uma guerra entre a minoria sunita que governara a maioria xiita durante anos e que agora estava a perder o poder. Por isso, além de matar americanos, os insurgentes — basicamente rufias de rua — matavam o próprio povo, incluindo crianças. Assim, os soldados americanos eram os bons para os xiitas, ajudando a mantê-los em segurança. E as crianças adoravam-nos.

As crianças parecem atrair-se naturalmente pelo Michael, mas estas juntavam-se à volta dele, especialmente uma menininha de quem o Michael gostava muito e ela dele. Ela desenvolveu uma paixoneta por ele e chamava-lhe «o meu soldado». Conheceram muito bem as crianças e muitas vezes davam-lhes pequenas prendas ou levavam-lhes rebuçados quando conseguiam em pacotes de casa.

No dia de Natal, o Michael estava a posar para uma fotografia com as crianças, para enviar para casa depois de nos ter falado tanto delas. A menininha pediu para tirar uma fotografia com o Michael, e ele ajoelhou-se

com o braço à volta dela e sorriu. Começaram a ouvir-se tiros dos insurgentes, matando a menininha que estava debaixo do braço dele. Começaram a disparar balas por todo o pátio da escola, matando as crianças que corriam. Crianças com mochilas da Dora, a Exploradora e livros de colorir. E tão depressa como começou, o derramamento de sangue acabou. E mais uma vez, o Michael enlouqueceu pensando que devia ter sido ele, não ela. Não ela. Ela era só uma menina pequena.

Recebi uma chamada dele algum tempo depois do tiroteio. O capelão pediu-lhe que me ligasse para o ajudar a conectar-se com as pessoas que amava e trazê-lo de volta à realidade depois do trauma do que testemunhara. Lembro-me de que ele literalmente não fazia sentido ao telefone. Falava tão depressa e divagava, e eu fiquei realmente preocupada com a sanidade dele. Fiquei aliviada por saber que ele estava bem fisicamente, mas era claro que estava devastado com o que vira. Guerra é guerra, mas eram crianças. Só compreendi totalmente a devastação dele quando recebi um pacote dele com fotografias assombrosas das crianças nas semanas anteriores, com os seus grandes sorrisos, e a sua querida menininha a posar e a sorrir para a câmara.

O destacamento do Michael terminou em dezembro de 2008. Quando voltou para casa, já se tinha realistado para outro destacamento. Queria voltar — queria ficar no exército. Queria subir na hierarquia e pelo menos tentar fazer a diferença num lugar como o Iraque. Queria fazer parte da reconstrução da nação depois da desumanidade que lá vira. Começou a treinar para entrar numa unidade especial, mas acabou por rebentar com o joelho. E depois ficou fora. Não pôde voltar. E ainda bem. Ele estava tão diferente — alterado. Embora muitos veteranos tenham dificuldade em mostrar emoção, o Michael conseguia. Não sei como era com outras pessoas, mas com a mãe conseguia desabafar.

Conseguia chorar, explicar e expressar o que sentia. Mas isso não o impediu de voltar a beber. Achava que as coisas estavam a voltar ao normal, mas eu sabia que estava longe disso. Começou a ter dores de cabeça, confusão e convulsões. Ligava-me e não falava em frases normais nem fazia sentido, mas achava que fazia. Na base, examinaram-no e decidiram que ele estava bem, mas não estava. Também houve mudanças físicas nele — perdia o equilíbrio e tinha de amarrar as chaves e a carteira às calças para não as perder. Depois de se queixar dos problemas que tinha,

os médicos da base começaram a prescrever medicamentos: medicação para acalmar, medicação para dormir, medicação para acordar, medicação para a dor — estava a ficar tão sobremedicado que a personalidade dele mudou também. Ficava curto com as pessoas, zangado, depois passava de um extremo emocional para o outro. Feliz para triste, zangado para a rir, esperançoso para desanimado. Tudo em pouco tempo. Tinha vinte e dois anos e estava a começar a ficar viciado nos narcóticos, e realmente não havia supervisão médica para ele nem para muitos dos veteranos que regressavam e que tinham sofrido tanto trauma emocional como físico.

O que acho sempre cómico nesta tragédia é que o Michael desenvolveu dependência de heroína basicamente por um motivo — porque não gostava do modo como os comprimidos o faziam sentir. Nem o álcool. As pessoas não queriam estar perto dele quando estava assim, por isso tentou encontrar outra forma de entorpecer a dor. A heroína tornara-se uma epidemia na maioria das pequenas cidades do Midwest americano, incluindo a nossa, por isso estava em todo o lado e era fácil de arranjar. Começou por cheirá-la e depois começou a injetar.

Eu sabia que algo não estava bem com ele — estava magro e adormecia de pé. Nunca quis pensar que o meu filho usava heroína. Que alguma vez meteria uma agulha no braço. Mas depois as colheres começaram a desaparecer da minha cozinha. Encontrei as tampas laranja que vão nas seringas. Isso foi o que me acordou e percebi que, se não fizéssemos algo, ele ia morrer. Decidimos interná-lo numa unidade de saúde mental dos Veteranos.

O Michael portou-se muito bem. Envolveu-se realmente na terapia e estavam a dar-lhe bloqueadores de opiáceos. Compreendeu que não estava sozinho, que não era louco e que não era o único a passar por aquilo. Começou a entender que o stress pós-traumático era uma coisa muito real e muito perigosa. Trabalhou muito, mas os gritos e o choro que ouvira tanto no Iraque ainda ecoavam nos seus ouvidos e não conseguia escapar. Foi transferido para a Warrior Transition Unit no hospital, mas mais uma vez o principal protocolo era medicá-los e muitas vezes diagnosticá-los mal, e alguns veteranos não sobreviviam ao tratamento. É apenas a opinião de uma mãe, mas sinto que a Administração dos Veteranos estava a falhar com tantos destes veteranos — simplesmente não estavam a receber a ajuda e o apoio de que desesperadamente precisavam.

O Michael acabou por sair, mas não estava pronto. Tentou sair com os amigos e tentou ser normal, mas não estava pronto. Fazia as coisas em excesso — beber, comprar muita roupa, gastar dinheiro como água — e vivia como se não houvesse futuro para ele. Por mais vidas que tivesse salvo no Iraque, ainda não sentia que merecia viver. Nunca reconhecia as coisas positivas que fizera — só aquilo em que falhara. Voltou a consumir. E eu supliquei-lhe que ficasse vivo.

Tinha sobrevivido a uma guerra e eu não queria perdê-lo agora para as drogas, já que estava em casa. Disse-lhe que não podia perder outro filho, e ele jurou-me que não estava a tentar matar-se. Mas a heroína é o diabo. Quando a usas, não sentes nada. Não sentes nada sobre nada, não te importas com nada. Só queres parar a dor. Enquanto os medicamentos prescritos o faziam sentir sonolento ou drogado o tempo todo, a heroína fazia-o não sentir nada.

Um dia o Michael ficou sem dinheiro para as drogas. Havia uma mulher na rua que tinha quarenta dólares na mão, e o Michael arrancou-lhos. Mal o fez, parou e atirou o dinheiro para o chão, dizendo-lhe «Desculpa, desculpa imenso», e fugiu a correr. Mas deixou cair o telemóvel, por isso sabiam quem ele era. Ligou-me a contar e eu encontrei-me com ele no hospital dos Veteranos. Mas chamei a polícia. Sabia que, se não o responsabilizasse, ia perdê-lo. A mulher de quem ele tirara o dinheiro não quis apresentar queixa quando soube que ele era veterano, mas ele foi preso e levado para a cadeia.

Este foi o fundo do poço dele — tinha tanta vergonha de si mesmo e assumiu a responsabilidade por si próprio. Teve muitas pessoas, incluindo médicos e altos responsáveis militares, que falaram por ele no tribunal, e foi-lhe dada liberdade condicional porque a mulher cujo dinheiro ele roubara não apresentou queixa. Mas depois de outra recaída, apareceu novamente perante o juiz e pediu para passar o resto da liberdade condicional na prisão para salvar a própria vida. Começou a ler a Bíblia, começou a ficar direto e começou a ficar sóbrio. As coisas começaram a fazer mais sentido para ele e começou a aceitar que talvez Deus tivesse um plano para ele, e que não era morrer.

O que o Michael mais quer no mundo é um dia gerir o seu próprio centro de reabilitação. Para veteranos, para toxicodependentes, para adolescentes em risco, tudo baseado no que ele viveu. Quer poder dizer às

pessoas: «Os teus pais divorciaram-se? Os meus também. Check. Perdeste um irmão? Eu também, já lá estive. Check. Viste pessoas morrer? Eu também. Check.» Disse que teve uma epifania de que tudo leva sempre a outra coisa, dependendo de como olhas para isso. Teve muitas perdas e não conseguia compreendê-las. Mas agora começa a entender que as suas perdas foram uma educação e que não está sozinho aqui. Antes lutava com o conceito de vida após a morte, mas agora sabe que eles estão a vigiá-lo, a ajudá-lo e a responsabilizá-lo por mais do que apenas ele próprio.

Sabe que há pessoas que o amam e se importam com ele. Está realmente a tentar tornar-se independente agora e sabe que só o Michael o pode consertar. Pode nunca ficar completamente consertado, mas pode ser bem-sucedido na vida. Em vez de perguntar «Porque não eu?», está a começar a compreender o seu lugar na Terra e o seu trabalho nesta vida. Pode ser uma voz para todas as pessoas — o irmão dele, os irmãos de batalha, os veteranos que ainda lutam, e a menininha — todas as pessoas que partiram antes dele. Pode ser a voz deles. Será para sempre um dia de cada vez, mas ele quer a sua vida. Só quer viver.

A SESSÃO

«Ok, vamos começar e ver o que acontece. Vamos ver quem vem visitar. Imediatamente, dois homens avançam. Agora vêm também outros homens, num pequeno grupo. Não expliques. Há também algumas mulheres. E se puderes, reconhece em voz alta, porque as almas parecem disparar ao som da tua voz. Acho que é algum tipo de vibração a que reagem.»

«Está bem.»

«Um homem avança de forma paternal, percebeste? Diz que é pai, por isso presumo que o teu pai tenha partido?»

«Não.»

«Então quem é este homem que vem ter contigo como Pai? Ok, não expliques. Posso ter-me enganado, e ele pode estar a chamar pelo teu pai, e eu entendi mal, pensando que ele é o teu pai. Vem de forma paternal, mas deve estar do lado do teu pai, porque continua a falar-me do pai. Por isso tem de ser um avô ou algo assim, quer o esperasses quer não. E fala do teu pai.»

«Ok.»

«Como me disseste que o teu pai ainda está cá, então é evidente que está a chamar por ele. É por isso que quando disse pai presumi que era o teu pai, já partido. Sem qualquer alarme, e não leias nas entrelinhas, mas expressa preocupação com a saúde do teu pai. Não estou a tentar ser esperto, porque ninguém está a ficar mais novo, mas diz-lhe para se manter alerta e ter cuidado onde pisa, a descer escadas…»

«Sim.»

«…Tenho a impressão de que não te estão a dizer nada que já não saibas. Mas expressa preocupação para ter cuidado, a descer escadas com ele, seja em público ou em casa. Obviamente algum desconforto pode ser evitado, caso contrário não diriam nada. Isto também apareceu no início, mas não sabia o que fazer com isso, mas é melhor abrir a boca. Há alguns homens aqui, e deixa-me explicar rapidamente — família é usada de forma muito leve lá — podem ser pessoas por sangue ou casamento, e até por escolha. Porque há alguns homens aqui na sala, e parecem ter partido jovens, e parecem-me estar de uniforme militar.»

«Sim.»

«E falam em ter partido na guerra. Que guerra, não me ajudes. Não sei. Pode ser a Guerra da Crimeia, por tudo o que sei. Mas falam em ter partido na guerra, e só quero chamar a tua atenção também para que, quando se manifestam, vêm ter contigo de uma maneira assumindo que sabes do que estão a falar. Por isso, sem me ajudares, desde que reconheças, é tudo o que precisamos. Mas há pelo menos dois, talvez três.»

«Sim.»

«Definitivamente de uniforme. Serei honesto contigo, parece-me militar. Não são bombeiros.»

«Ok, sim.»

«Juntam-se à tua volta como irmãos. Continuo a ver aquela série Band of Brothers. Não são teus irmãos verdadeiros, mas um termo carinhoso. Sabem que se me mostrarem Band of Brothers tu vais perceber o que estão a tentar dizer.»

«Sim.»

«Dão-me a impressão de que tiveste muita tragédia na tua vida.»

«Sim.»

«Expressam preocupação genuína contigo, e não querem que isto seja insensível, mas dizem-me que és uma confusão. Entendido?»

«Sim.»

«Estão à tua volta como anjos da guarda fraternos. Disseram-me que és uma confusão, mas também te elogiaram por seres um sobrevivente. Dizem-me que és um tipo muito sensível — uma ótima qualidade, mas também pode ser problemática. Colocam um grande cubo de gelo por cima da tua cabeça e empurram-no para baixo, e pedem-me para te dizer que tens de tentar arrefecer. Estão a fazê-lo de forma muito carinhosa e calmante. Pelo que me dizem, presumo que houve um período ou tempo em que os conheceste no exército.»

«Sim.»

«Por isso presumo que estiveste no exército em algum momento. Parecem genuinamente preocupados por estares a oprimir-te com culpa e remorsos, e… não é que não estejam felizes e num bom lugar lá, mas um deles especialmente está um pouco frustrado pelo facto de poderes sentir que estás aqui e eles não. Mas dizem que estão onde deviam estar. Tal como tu estás onde devias estar. Tu estás aqui. Se devesses ter partido, teria acontecido. Mas aparentemente, segundo eles — quer acredites nisto quer não —, não é a tua hora de estar lá.

Parecem tipos que dizem as coisas como são. E dizem para não fazeres isso a ti próprio — sentir culpa pela partida deles — porque simplesmente ainda não deves estar lá. Um deles até brinca contigo: «O que é que é tão difícil de entender?» Naturalmente, um destes dias, como todos sabemos, vais para esse lado. E quando for para ires, vais. Mas dizem-me certamente que estão à tua volta como anjos da guarda para te ajudar a ajudar-te a ti mesmo, mas… mesmo na tua vida atual, dizem-me que tem sido um caminho cheio de pedras.

Não acho que quisesse trocar de lugar contigo, para que conste. Mas como dizem, ainda tens de dar uma palmadinha nas costas a ti mesmo porque os esforços feitos foram recompensados — és um sobrevivente. Provavelmente passaste por coisas que eu nem consigo imaginar que

aconteçam a alguém, e é por isso que dizem: «O que é que tem de errado sentires-te bem contigo mesmo?» Passaste pela tua experiência, houve quedas e dificuldades, mas ainda estás a avançar. Um deles lá brinca por estar à tua volta como anjo da guarda, mas provoca-te dizendo que não recebem horas extra a nível executivo.»

(Ri-se.)

«E é por isso que dizem para te dares uma folga. Da perspetiva deles lá, tudo é bastante simples aqui. Infelizmente, as pessoas complicam as coisas.»

«Sim.»

«Não digas nada. Há outro homem — outro homem mais novo. Vem como irmão.»

«Sim.»

«Ok, estão a dar-me o símbolo de reciclagem. Isso significa recomeçar porque saltei algo. Outro homem. Os outros homens que estavam aqui de uniforme — são irmãos por carinho. Mas outro homem aparece, e diz-me que é o filho-slash-irmão que partiu. Mas neste caso é realmente teu irmão.»

«Sim.»

«Fala também de uma partida trágica. No sentido da idade, claro, porque diz-me que parte jovem, mas também pelas circunstâncias.»

«Sim.»

«Quer ter a certeza de que entendes que não falhaste com ele.»

«Ok.»

«Vejo aquela estátua no Rockefeller Center em Nova Iorque, do Atlas a segurar o mundo. E os teus irmãos do Band of Brothers, e o teu irmão — queixam-se um bocado contigo por sentires muitas vezes que és o Atlas a segurar o mundo, e não é suposto ser assim.»

«Sim.»

«É por isso que o teu irmão te disse que não o podias salvar. Não havia nada que pudesses fazer. Uma coisa que ele diz é que toda a gente

aqui está ao volante — toda a gente é responsável pela própria vida e pelas próprias ações. E só porque não corre como achas que devia, isso não significa que está tudo estragado. Outra coisa… o teu irmão diz-me que és uma confusão.»

(Ri-se.) «Pois sou.»

«Como os teus outros irmãos militares. Se há coisa de que se queixam contigo é que às vezes tentar chegar até ti é como tentar passar um camelo pelo fundo de uma agulha. E até o teu irmão te avisa — porque estava no mesmo barco — tipo muito sensível, ótima qualidade, mas pode ser um verdadeiro criador de problemas.»

«Sim.»

«O teu irmão pede-me para te dizer que está bem e num lugar feliz. E desde que saibas isso, vai tirar um pouco da pressão. Espera ele. O facto é que parece que não são só irmãos, mas bons amigos.»

«Sim, com certeza.»

«Mas ele admite-me que também podia ser um chato.»

(Ri-se) «Sim.»

«Isso é normal — ninguém é perfeito. Mas o facto é que não és nenhum santo, mas ele agradece-te por rezar por ele à tua maneira. E é algo singularmente privado entre vocês os dois.»

«Certo.»

«Nenhum de vocês é do tipo meloso, mas ele sabe que o amas e ele ama-te. E quando rezas por ele à tua maneira, chega-lhe como um presente pelo correio. Admite que não era a pessoa mais feliz aqui.»

«Pois não.»

«Não me vai enganar — diz-me que até está meio contente por ter saído daqui. Na altura da partida dele… os teus pais ainda estão na Terra? Ele chama pelos teus pais.»

«Sim.»

«Acabei de levar uma pequena bronca lá porque pus isto em forma de pergunta. Mas ele falou dos teus pais e chama por eles. Sei que o teu pai

está cá — isso já foi abordado. Mas chama pela tua mãe e pelo teu pai e mais uma vez diz-lhes que está bem e num lugar feliz e seguro. Admite que tinha uma ansiedade terrível aqui. E diz-me que tu sabes exatamente do que ele está a falar.»

«Sim.»

«Fala em ter passado por ansiedades e depressões terríveis aqui.»

«Sim.»

«E mais uma vez, tu também podes cair nesse poço, por vezes. Já me disse isto várias vezes, por isso presumo que estou a pensar da maneira certa. Disse-me que contribuiu para pôr fim à própria vida.»

«Sim.»

«Mas não gosto de usar a palavra com S. O certificado de óbito pode dizer isso, mas e daí — é só um papel. O facto é que ninguém sabe realmente que tipo de pesadelos podem estar a acontecer na mente de alguém. Diz-me que, na altura, não estava no estado de espírito certo e que não pode ser responsabilizado pelas tuas ações. Ok, percebe agora que não foi uma coisa inteligente de se fazer, mas estava doente do coração.»

«Sim.»

«Por isso eu diria que partiu de uma doença. Acredito firmemente que, se estás sobrecarregado com depressão e ansiedade, isso pode matar-te? Pode, com certeza. São doenças. Pode ser demasiado avassalador para as pessoas, e foi o que aconteceu. Mesmo lá, admite que quando chegou — e parece que havia uma parte dele que não acreditava realmente que houvesse um além —, mas diz que o levaram para um lugar de descanso lá, porque por mais que isto o afetasse emocional, física e mentalmente, também é como se sacudisse o sistema nervoso e afetasse a alma também. Uma coisa que ele te traz — tu também já pensaste nisso.»

«Sim.»

«E como o teu irmão diz — não é bom. Progrediste imenso. E nem toda a gente consegue fazer isso. Por isso não te sintas presunçoso se te deres uma palmadinha nas costas e continuares a andar. Isto é alguém que entrou num estado de espírito errado, e o que aconteceu, aconteceu. Mas

como ele passou por essa experiência, impressiona-te que — a vida de muitas formas deu-te pontapés no rabo.»

«Sim.»

«E no entanto, ele insiste que estás a deixar que isso te domine porque não estás a olhar para o facto de estares a sobreviver corajosamente. Sem me dizeres, deves ter passado por fases muito difíceis.»

«Sim.»

«Está muito orgulhoso do facto de seres um sobrevivente. E houve uma altura em que estiveste mesmo na corda bamba.»

«Sim, com certeza.»

«Mas ainda te vejo a subir a escada. Os esforços feitos foram recompensados. Nem tudo aconteceu num dia — foram passos e etapas. Mas ele está muito orgulhoso do facto de teres feito um progresso tremendo. Também… fala-se de outro irmão… oh, mas diz que é um tio. Por isso presumo que um dos teus pais perdeu um irmão. E é por isso que no início tive medo de estar a fazer alguma coisa mal. Mas percebi que havia dois homens a vir como irmão, mas ainda bem que o teu irmão me disse que era o irmão verdadeiro. Diz a mesma coisa — tens de te livrar dessa atitude de Atlas. Estás a segurar o mundo. Diz que muitas das emoções que guardas é como andares com o mundo às costas, e isso só te pesa. Também… e não expliques… há também uma presença feminina jovem à tua volta. Sem dizeres nada… e a sensação de ela ter partido jovem. Estende-se a ti como uma filha, mas no sentido carinhoso.»

«Ok.»

«Não é tua filha, mas não vou discutir com ela se é assim que quer sentir-se em relação a ti. E também me ajuda porque está a dar-se uma identidade. Agora, sem me dizeres, diz que tu sabes quem é.»

«Sim.»

«É outro indivíduo que está muito à tua volta, como um anjo da guarda. Diz-me que tu e ela passaram por um período muito difícil juntos. Por vezes — e diz isto com amor —, por vezes até ela fica um bocadinho frustrada contigo, porque estás a carregar a partida dela aos ombros.»

«Sim.»

«Diz que tens muito no prato. E diz que ainda não viste, porque ainda não lá chegaste, mas quando chegar a tua hora e tiveres de lá estar, vais perceber que, embora tantas coisas na tua vida tenham sido terríveis, vais ver que chegaste à meta. Abençoa-te lá de cima… de muitas formas, tu salvaste-lhe a vida, de certa maneira.»

«Sim.»

«E é por isso que vem ter contigo como a tua filhinha adotiva, por assim dizer.»

(Chora) «Ok.»

«O que quer que lhe tenha acontecido — como partiu —, ela vê isso lá de cima como algo completamente normal. E a mesma coisa — se não devesse ter partido, não estaria lá. Na verdade… e isto é muito bom ouvir… não é que esteja a ressentir-se da existência dela na Terra, mas como ela diz, tu salvaste-a daqui.»

«Sim.»

«Diz-me que está bem, em paz e num lugar feliz, seguro e tranquilo, mas não teve a vida mais fácil na Terra. E certamente diz-me que não teve nenhuma das oportunidades que poderiam ser dadas a crianças da idade dela nos EUA.»

«Sim.»

«Mas diz alto e claro que não podes responsabilizar-te nem culpar-te pela partida dela. Antes de partir, deves ter sido uma alegria tremenda na vida dela, e ela na tua também.»

«Sim.»

«Tornaram-se como melhores amigos.»

«Sim.»

«E como tudo o que passaste nos últimos anos, simplesmente abanou o teu barco ao ponto de às vezes não saberes se vens ou vais.»

«Sim.»

«E como ela diz, para de te pôr num estado de espírito errado. Diz que tudo isto faz parte de uma experiência única. De muitas formas vais sentir

que falhaste com ela, mas como ela e o teu irmão dizem, isso não existe — não é falhanço, é experiência. Precisas de mudar a palavra, porque é isso que é. Mesmo que não seja uma experiência feliz… como ela diz, a tua vida durante um tempo correu paralela à dela, o que a ajudou a cumprir o que quer que a experiência dela aqui devesse ser. Num dia mau, podes dizer: "Isto parece-me uma grande treta", mas como ela diz, tens de te perguntar: de quem é a vida, afinal?»

(Ri-se.) «Sim.»

«No curto tempo que esteve aqui, dá-me definitivamente a impressão de que viveu tantas coisas que foi realmente avassalador para alguém da idade dela.»

«Pois foi.»

«Mas a mesma coisa — percebe agora que tudo encaixou. Quando estava na Terra, pode não ter visto assim. Mas lá, tudo se desenrola para ela e, sem levar a mal, ela até está meio contente por ter saído daqui.»

«Pois.»

«Diz que a coisa mais frustrante, quando olham para esta dimensão, é toda a treta desnecessária que acontece. Todos os dias. Ela, os teus camaradas lá, o teu irmão e o teu tio — na verdade sentem pena de nós, porque estamos no campo de provas. Isto é o Purgatório. Mas quando cumpres o teu propósito, podes avançar. E… a tua filhinha, vou chamar-lhe assim… não guarda rancor a ninguém quanto à partida dela. Faz com que pareça normal, como se o que mais se poderia esperar?»

«Uh-huh.»

«Mas o facto é que diz que está realmente bem e num lugar feliz. E também está orgulhosa de si mesma por ter passado pela experiência dela. Mesmo que não tenha tido um final feliz. Mas diz que isso agora é água passada — acabou-se. E ela saiu daqui.»

«Bom.»

«Mas tu certamente desempenhaste um papel único na vida dela durante o tempo que desempenhaste, seja qual for a razão. E ela provoca-te de forma carinhosa porque não te dás esse crédito. Estás a olhar demais para o lado feio de tudo.»

«Pois.»

«Diz que quando chegou lá, admite que houve um trauma com a partida dela e não sabia o que pensar disso. Primeiro pensou que era uma espécie de sonho, mas quando fez a revisão da vida e tudo encaixou, só parecia bonito — não havia nada de feio nisso. Havia propósito e cumprimento em tudo o que viveu. Não espera que a gente veja assim, porque somos condicionados a pensar nas coisas como são aqui. Também há… não quero que estas pessoas pensem que as estou a ignorar, mas há pessoas à tua volta que dizem ser avós. Por isso especulo que os que partiram estão a estender-se a ti.»

«Ok.»

«Também se fala na perda de uma irmã, mas ela diz que é uma tia.»

«Sim.»

«Por isso vou presumir que um dos teus pais perdeu uma irmã. Ela também está lá. Escusado será dizer — mas dizem-na na mesma — houve uma quantidade tremenda de tragédia na tua vida.»

«Sim.»

«Houve muitas mortes, tristezas — bem pesadas. Como os teus camaradas brincam contigo, meio que te deixaram feito num oito.»

«Mmm-hmm.»

«E no entanto, todos eles sentem — olha para o facto de estares a fazer uma recuperação tremenda. E na tua recuperação, tanto do que passaste está a revelar-se — eles sentem — uma bênção disfarçada. Porque não só vais ajudar-te a ti mesmo, mas também aos outros. E para ajudar, tinhas de ter passado por isso. Caso contrário estás a falar daquilo que não sabes.»

«Sim.»

«A tua tia diz que só outro indivíduo que tenha perdido um filho vai entender como é perder um filho.»

«Certo.»

«Tipo, a minha mãe nunca perdeu um filho. Saberia que alguém sente alguma coisa, mas nunca conseguiria entender completamente o que

sentem. Também… as tuas pessoas lá, e isso inclui o teu "band of brothers", o teu irmão verdadeiro, a tua filhinha, vou chamar-lhe assim, o teu tio, tia, avós — todos dizem que o que passaste definitivamente te lixou, porque dizem-me que caíste em problemas de substâncias, entendido?»

«Sim.»

«Tens de te dar alguma folga nisso. Mas estás a recuperar, entendido?»

«Sim.»

«Na verdade, mudam a palavra para recuperado. Por isso aparentemente fizeste um progresso tremendo…»

«Pois.»

«…no tempo que te deste. E mais uma vez, como a tua pequena amiga lá diz — olha até onde chegaste. Diz para te sentares e olhares para tudo isso como parte da tua experiência espiritual. Aparentemente, do que passaste, isso vai dar-te a capacidade não só de continuares a ajudar-te a ti mesmo, mas também de ajudar os outros.»

«Ok.»

«Por isso ela vê realmente tanto disso como uma bênção disfarçada. E também falaram nos teus problemas com álcool.»

«Sim.»

«Mas… como disseram, e concordo com eles — dá-te alguma folga de um ponto de vista realista. Todos nós já usámos uma bebida para nos sentirmos melhor numa ou noutra altura. Por vezes, sim, recorremos a coisas que achamos que ajudam. Mas quando se torna avassalador — quando se torna um problema — é aí que tens de acordar e cortar.»

«Certo.»

«O teu "band of brothers" e os outros lá dizem-me que progrediste. Fizeste grandes avanços. Não desistas de ti mesmo, especialmente quando olhas para trás e consegues ver até onde chegaste. Como todos eles estão a tentar fazer. Infelizmente, é muito fácil olhar para toda a tristeza e negatividade e deixar que te puxe para baixo. Mas como a menininha diz,

olha para o progresso que foi feito. Aqui na Terra, no Purgatório, temos de experimentar um equilíbrio igual de bom e mau. Se a vida fosse sempre um mar de rosas, não ganharíamos nada aqui. Ao passar pelos positivos e pelos negativos, é isso que nos está a arredondar e a tornar as pessoas que devíamos ser. Dizem que mais à frente — e não querem dizer até ao fim de semana —, parece que eventualmente estás numa situação de aprendizagem em que estás a aprender para ti mesmo, mas também a ajudar os outros.»

«Sim.»

«E mais uma vez, vais ser uma grande força e uma grande força, porque passaste por isso. A tua menininha diz que, se não fosse pelo curto tempo que a conheceste, ela não teria experimentado tanta alegria se não fosses tu.»

«Ok.»

«E como ela diz, foca-te nisso. Não foques em sentir que falhaste com ela ou que és responsável pela morte dela, ou coisa do género. Aconteceu. Infelizmente, muitas pessoas são muito ignorantes.»

«Sim.»

«Não são grandes fãs da religião organizada do outro lado. Infelizmente, e concordo com eles, de muitas formas é o grande criador de problemas do mundo.»

«Mmm-hmm.»

«Até a menininha diz isso. Sem me dizeres o quê, parece que fala outra língua. E mesmo que não seja entendida por ti, ainda assim conseguiram comunicar.»

«Sim.»

«Diz, e acho isto fofinho, admite-me — e é de forma muito inocente — que tinha uma paixoneta por ti.»

(Ri-se.) «A sério?»

«Mais uma vez, isso é inocência. Cuidaste dela. E ela só está preocupada lá de cima por tanto te ter sobrecarregado que não te estás a dar a oportunidade de ver todos os positivos nessa experiência má. É por isso

que achei fofinho… consegui sentir-a corar lá quando disse que tinha uma paixoneta por ti. Por isso não é surpresa ouvir que diz que é como um anjo da guarda à tua volta. Diz que apareceu em sonhos…»

«Sim.»

«…mas a coisa que acrescenta é que, desde que o sonho seja uma visitação reconfortante, é real. Se for algo que te perturbe, não ligues. Diz que a tua própria mente pode criar ansiedade no sono, por isso é importante saber a diferença entre uma visitação real ser uma coisa boa. Sabe que tiveste dias em que pensaste que talvez ela estivesse zangada contigo — diz que isso está completamente errado. E não penses que, por estarem lá, não podem dizer os verdadeiros sentimentos. É por isso que os teus irmãos lá, incluindo o teu irmão verdadeiro, dizem que, se há coisa, sentem um bocadinho de frustração com a tua ansiedade, porque eles já veem o produto finalizado. Veem passar por tudo isso e o benefício que trouxe.»

«Sim.»

«Também ouvi o nome Mike, Michael chamado — também estavam a chamar por Mikey, entendido?»

«Sim.»

«Normalmente quando ouço um nome chamado presumo que a pessoa partiu, mas neste caso acho que estão a chamar por alguém aqui na Terra. Dão-me a sensação de que há significado nisso.»

«Alguém que está aqui?»

«Sim. Alguém aqui na Terra a quem chamam Mike, Michael, e alguém que até brincou comigo chamando Mikey. Pode haver um Michael que partiu, mas definitivamente há um aqui na Terra.»

«Ok, sim.»

«Uma coisa que trazem à baila — acalmaste bastante, sim?»

«Sim.»

«Porque mais uma vez há aquele cubo de gelo por cima da tua cabeça. O teu irmão põe-no por cima da tua cabeça e diz que é tão grande como o icebergue que afundou o Titanic.»

(Ri-se.) «Sim.»

«Mas como ele diz, está a ser feito com humor, mas também com alegria e compaixão. Definitivamente arrefeceste e ficaste mais equilibrado…»

«Sim.»

«…e em harmonia contigo mesmo. E todos eles trazem isso à baila. A grande queixa deles lá sobre ti é que pensas demais.»

«Pois.»

«Pensas demais. Tens permissão para pensar, mas tens de dar tempo igual às coisas. Se só pensares nas tristezas e na fealdade que passaste, isso vai dominar-te. E é por isso que dizem: não tenhas medo, quando estiveres a pensar, de desafiar o pensamento. Como a tua menininha diz, se começares a pensar no negativo que aconteceu, precisas de contrariar esse pensamento pensando no facto de teres trazido alegria lá — ela ficou encantada por te conhecer e ter uma paixoneta por ti lá, e não estás a ver isso nessa perspetiva. Mesmo como o teu irmão diz, é verdade — quando caímos em depressão e ansiedade, não é fácil, e certamente pode levar-nos numa montanha-russa. Por isso tens de começar a pensar nas alegrias que também saíram da mesma experiência.»

«Ok.»

«Vou ser honesto contigo — cresci numa casa disfuncional. Mas digo-te a verdade — não sei o que passaste, mas eles deram-me a impressão de que eu não teria conseguido aguentar, mesmo tendo passado por disfunção. Estou a ver o Leão Cobarde de O Feiticeiro de Oz — tiveste de ter uma coragem tremenda para chegar ao ponto em que estás agora.»

(Chora) «Meu Deus.»

«Certamente a Presença Divina envia compensações e ajuda nos nossos momentos difíceis, se nos dermos ao trabalho de as procurar. Não estás a lutar sozinho. Eles lá de cima querem ver-te cumprir o teu propósito, a tua jornada aqui. Não me envergonho e agradeço o facto de me dizerem que eu não teria conseguido fazer o que tu fizeste. E provavelmente concordaria com eles. Especialmente quando me mostraram o uniforme militar. Sei que não teria conseguido lidar com a guerra, o exército. É por isso que nunca me calhou a mim. Como os teus irmãos dizem, estas coisas vieram ter contigo porque estavas corajosamente

disposto a aceitar esses desafios e a lidar com eles da melhor forma que podias.»

«Sim.»

«É por isso que te continuam a dizer para parares de deitar fora tantas coisas boas que vieram de uma experiência má juntamente com o mau. Isto não tem nada a ver com religião, mas vi Santa Teresa aparecer à minha frente e traz as virtudes da paz, da força e da resistência. Mas ela também acreditava que tudo é uma graça. E é isso que todos lá que vieram falar contigo me têm dito para te transmitir: que tudo é uma bênção, mesmo que nós o vejamos como algo que parte o coração, feio, desagradável, o que for. Ainda assim é uma graça de uma forma ou de outra.

Mas mesmo que nunca descubras aqui o seu potencial como graça, um destes dias vais para esse lado e eles dizem que vais ficar muito feliz contigo mesmo por teres enfrentado corajosamente o desafio e sobrevivido. Passaste por isso. Estão genuinamente contentes por poderem estender-se a ti. Até os teus camaradas lá — fazem-me rir porque continuam a dizer: "Quer ele acredite nisto ou não, não estamos aqui para pregar." Ninguém lá te está a dizer para ires à igreja todos os domingos ou coisa do género. Já tens muito no prato como está. E concordo com eles — para algumas pessoas, a religião não tem todas as respostas. Ninguém sabe o que é melhor para ti senão tu mesmo. Também ouço o nome Mary ou Marie. Não quero ser espertinho, mas toda a gente conhece uma Mary que partiu.»

«Oh, ok. Acho que…»

«É um nome demasiado comum, por isso deixo contigo. Mesmo que não saibas agora, tenho a certeza de que vais encontrar uma. Também, sem qualquer alarme, os teus avós lá trazem preocupações com a saúde do teu pai. Não só no sentido físico, mas emocional. Perdeu um filho, vê o que tu passaste — mesmo que as pessoas sofram em silêncio, isso ainda lhes abala a jaula. É quase como se te visse num hospital. Por isso, em algum momento, podes ter estado internado.»

«Sim.»

«Mas mais uma vez, sobreviveste. Estás onde estás. Não há nada de errado em sentires-te satisfeito contigo mesmo pelo que conseguiste. Ser humilde é ótimo, mas também tens de te dar crédito quando é devido. Não

me digas o que é, mas a menininha dá-me a impressão de que o nome dela é algo que nunca ouvi antes.»

«Ok.»

«O problema é que, se o meu cérebro não reconhece, seria como se ela estivesse a falar chinês para mim. Diria que a ouço falar outra língua, mas não sei o que está a dizer. Dá-me a impressão de que eu não estaria familiarizado com o nome dela, a cultura dela, esse tipo de coisa.»

«Certo.»

«Também ouvi o nome Charlie. Entendido?»

«Sim.»

«E sabes quem é.»

«Sim.»

«Partiu.»

«Sim.»

«Vem ter contigo como família. Não sei se é por sangue, casamento, termo carinhoso. Também te aconselha. Dá-me a impressão de que precisas de ter calma com as coisas. Não és o tipo mais paciente contigo mesmo — tudo tem de ser feito ontem.»

(Ri-se) «Sim.»

«Só precisas de caminhar pelo caminho com a Presença Divina e ter calma. Também expressa um orgulho tremendo em ti e na pessoa em que te tornaste.»

«Ok.»

«O teu irmão falou também de animais que partiram.»

«Sim.»

«Refere-se a eles como filhos — parte da família.»

«Uh-huh.»

«E diz que quando partiu pela primeira vez — admite que ficou meio abalado. Não estava no estado de espírito certo, há o elemento do medo e tudo, e disse que os animais vieram ter com ele primeiro e isso tornou tudo

bem. Porque o que fazem os animais? Fazem-te sentir bem. As pessoas sentem-se seguras e protegidas com eles. Diz que os seguiu para o que nós consideraríamos uma casa de repouso e eles deitam-se para dormir para lhe dar a ideia de dormir e descansar um bocado. Os animais são sempre uma fonte genuína e uma troca de amor. Também o teu irmão refere que talvez o tenhas visto — como pelo canto do olho.»

«Sim.»

«Diz-me que foi o verdadeiro.»

«Ok.»

«Mais uma vez, parece que já tinhas tido provas dele de que está por perto e isto foi só mais uma. Mas ele está só a confirmar que foi mesmo verdade. Também ouço o nome Matt. Entendido?»

«Sim.»

«Vem ter contigo como família, num sentido emocional. Certamente abraça-te com amor.»

«Ok.»

«E também, tenho a certeza de que já começou a acontecer, mas parece que vais sair mais lá para a frente. Entendido?»

«Sim.»

«E é encorajado. No entanto, o teu irmão diz para não mergulhares no oceano, mas entrares devagarinho.»

(Ri-se) «Está bem.»

«É interessante — a tua menininha foi acolhida lá por vários membros da tua família que partiram. Porque tu a acolheste, e eles sabem que isso te vai fazer sentir nas nuvens…»

«Sim.»

«…porque tens estado preocupado com ela. Há pessoas lá da família dela, mas é engraçado que a tua avó diga que a acolheram, porque tu fizeste isso e deste-lhes a ideia de que seria uma coisa bonita de se fazer. Alguém lá disse o nome Duke. Não sei se é alcunha, nome de animal — não sei. Não sei o que fazer com isso, não me deram nada para acompanhar.»

«Faz sentido.»

«Ok, estão a dizer-me que têm de se retirar, por isso acho que tenho de lhes obedecer. Mas o teu irmão, os teus avós e as diferentes pessoas que estão aqui certamente abraçam-te com amor. Nunca te sintas sozinho, porque eles estão sempre contigo. E também a tua menininha faz o mesmo — abraça-te com amor. Dizem-te para dares a ti mesmo uns dias com isto e depois revisitares e deixares que o que te disseram se absorva. Com isto dizem-me que têm de se retirar. Com isso mandam amor, pedem-te que rezes por eles e com isso — lá se vão.»

—

Tenho de ser honesto e completamente sincero no fecho desta história. O Michael agradeceu-nos profusamente pela sessão e sei que lhe fez um bem danado. Estava tão bem disposto — sem trocadilho — nesse dia depois da sessão. Sei que ligou à mãe e falaram longamente. As coisas pareciam estar num ótimo caminho e a sessão fez realmente diferença para ele. Mas quando chegou a altura da entrevista para este livro, o Michael fugiu de nós. Repetidamente.

Marcava entrevistas e depois desaparecia. Inicialmente ficámos surpreendidos e desiludidos — esta ia ser uma história de esperança, de que tudo pode acontecer quando pomos a cabeça nisso e de que as almas estão lá para nos guiar. Não é lindo? Que ingénuos fomos. Não é assim tão simples. De todo. As pessoas não melhoram só porque nós queremos. Às vezes é um processo, e o processo leva tempo. A recuperação é um caminho longo e por vezes são uns passos para a frente e uns passos para trás. O Michael estava pronto para abrir o coração às almas do além e tenho orgulho nele por isso. Mas não conseguiu revisitar a dor connosco. Lamento, mas compreendo. Pode ter sido demais para ele contar esta história agora. E está tudo bem.

Independentemente do prazo do nosso livro, o Michael tem o resto da vida para ficar bem, para compreender e para fazer as pazes com a sua história. E a história dele não é para mim nem para ninguém pôr numa linha temporal. A Sally foi gentil o suficiente, como sempre é, para terminar a entrevista connosco. Não vos sei dizer o quanto estamos gratos a uma mãe que ama o filho, mesmo estando danada com ele por nos ter deixado pendurados. Mas quis fazer a coisa certa pelo Michael e por nós. A

história do Michael precisa de ser contada e é uma história de sucesso. Só temos de olhar para o sucesso com um âmbito mais amplo e permitir que tenha as suas curvas e reviravoltas.

Escrevemos ao Michael depois da entrevista da Sally, dizendo-lhe que é um herói aos nossos olhos, o quanto nos orgulhávamos dele e o quanto estávamos gratos pela história dele porque vai ajudar tantas outras pessoas que lutam todos os dias para sobreviver. E porque acredito que há bem em toda a gente, independentemente da circunstância, como uma pequena prenda de volta para nós — o Michael respondeu com um pedido de desculpas por ainda não estar pronto e com agradecimentos pela nossa compreensão.

9

ANTES QUE EU VÁ SHARON ROSE

Recebemos muitos e-mails todas as semanas, de todo o mundo. Alguns são encorajadores, alguns são úteis, alguns dizem-me que vou para o inferno pelo que faço, e alguns são realmente maravilhosos de ler porque estão cheios de esperança e das histórias comoventes daquilo por que as pessoas passam depois de uma perda. Os e-mails representam todos os aspetos da vida das pessoas — as suas perdas, o seu luto e, em alguns casos, a sua esperança.

Os e-mails mais difíceis de ler chegam muitas vezes a meio da noite ou nas primeiras horas da manhã, quando os problemas e a dor de coração das pessoas as mantêm acordadas. Muitas, muitas pessoas pedem-me o favor de uma sessão, e é aí que começa a minha dor de coração. Devido à natureza do meu cérebro e ao preço que as sessões cobram dele, o número de sessões que consigo fazer numa semana é limitado. Entre os clientes que pagaram bom dinheiro para me ver e as sessões gratuitas que faço para pessoas que esperaram anos numa lista pelos poucos lugares que temos todos os meses, fico com muito pouca capacidade cerebral para mais alguma perceção. Já me forcei muito no passado, só para me arrepender, por isso aprendi a ser inteligente nestas coisas.

De vez em quando, no entanto, recebemos um e-mail em que as almas do remetente literalmente me acotovelam para fazer algo, qualquer coisa

pelo remetente. Leio estes e-mails esperando que a situação não seja assim tão grave, mas sei no meu coração e na minha mente que, se estão a escrever a meio da noite, há algo importante que alguém quer dizer. E porque o meu dever é claramente com as almas, se elas me impressionam para responder a uma carta, seja com uma nota pessoal, um cartão de oração ou uma sessão adicional, então é isso que estou honrosamente obrigado a fazer.

Recebemos este e-mail e, assim que foi impresso e tocou nas minhas mãos, duas almas, um homem e uma mulher, saltaram imediatamente para mim. Compreendo a circunstância demasiado bem e compreendi imediatamente a necessidade das almas de se estenderem.

Olá,

Chamo-me Sharon Rose e vivo na Virgínia. Escrevo porque tenho cancro em estadio 4. Fui diagnosticada com cancro da mama em 2007 e fiz uma mastectomia bilateral. Em 2012 descobrimos que o cancro tinha metastizado para o fígado. Tenho estado em vários tipos de quimioterapia durante dois anos e meio. O que acontece é que a quimio controla os tumores, mas eventualmente o meu corpo torna-se resistente à quimioterapia e tenho de mudar para outro tipo. As minhas opções estão a ficar limitadas. Recentemente o meu oncologista experimentou-me com Tykerb e tive uma reação muito má. Estamos agora à espera do último medicamento conhecido para a minha condição, que é o Xeloda.

Felizmente o cancro está apenas em cerca de 30% do meu fígado e ainda tenho cerca de 70% de função hepática neste momento. Por causa disto não pareço uma doente oncológica. Mas tenho o estômago extremamente distendido, fibromialgia e artrite grave causada pela medicação. Durmo aproximadamente 15 a 17 horas por dia. A minha resistência está comprometida. No entanto, até agora tive sorte porque a quimioterapia estava a funcionar para mim e, na maior parte, a minha qualidade de vida é boa. Sem quimioterapia, o cancro espalhar-se-ia rapidamente e eu teria 6 a 8 meses. Simplesmente não sabemos.

Mas não escrevi para vos dar um historial do meu cancro. Na verdade escrevo porque tenho pavor de morrer. De alguma forma, no meu coração, acredito que não irei para o céu. Fui criada como cristã e ainda mantenho crenças cristãs. Mas por causa de outros interesses no metafísico sinto que

desiludi Deus e que não fui obediente. Por isso tenho medo de não ir para o céu. Tenho interesses que alguns cristãos acham proibidos. Por exemplo, a minha crença na Astrologia. Às vezes dou por mim a menosprezar outros cristãos na minha mente porque acho que estão fechados numa compreensão estreita e de mente fechada da fé cristã. No entanto, para ser sincera, também não sei se aquilo em que acredito está certo. Tenho medo de não ter agradado a Deus e de O ter negado. Quero ir para o céu mais do que qualquer coisa neste mundo. Tive uma vida muito difícil e anseio por um lugar seguro, feliz, amoroso e belo onde a minha alma finalmente será livre. Tenho muitos familiares e amigos que já partiram. Costumava sentir a presença da minha mãe, mas já não sinto.

A minha pergunta é esta — o George pode ajudar-me? Vivo de uma pensão de invalidez e pagaria ao Sr. Anderson se pudesse. Compreendo que cobrar pelos serviços é como ele ganha a vida. Mas pensei e pensei em quem me poderia ajudar com as minhas crenças distorcidas e não consigo pensar em ninguém além do George Anderson. Quando falo com pastores, eles erguem as sobrancelhas para mim. Li o livro Lições da Luz do George Anderson e foi um dos livros mais edificantes que alguma vez li.

Acho que só quero saber o que as almas que partiram antes de mim me poderiam dizer sobre a minha espiritualidade. Talvez tenham algumas respostas para mim e talvez possam acalmar a minha mente quanto à minha própria morte. Neste momento preferia parar toda a quimio, mas tenho simplesmente demasiado medo. Tenho pavor de não passar para uma vida após a morte cheia de amor e conforto. Há alguma forma de o George Anderson me poder ajudar?

Sinto que o George me poderia ajudar com alguns dos meus medos e inseguranças. Mas não faço ideia de quão aberto ele estaria a fazer isto por mim. Muito provavelmente a resposta é não, mas pensei que não custava perguntar.

Com os melhores cumprimentos,

Sharon

Sempre fui particularmente sensível a pessoas que enfrentam questões de fim de vida. Não sei exatamente porquê, mas apostava bom dinheiro que é por causa do medo. Não sabem quando, não sabem como, e acabam por morrer de medo tão certamente como morrem da doença. A minha

juventude foi cheia de medo — não sabia porque é que as almas me escolhiam, ou porque falavam, ou porque as pessoas aqui tinham medo disso, ou porque pensavam que eu era doente mental. Por isso compreendo o medo. E compreendo a dor que vem com o medo. Ninguém nos estádios finais da vida, com tudo o resto com que se preocupar, devia também viver com medo, sem saber que tipo de paz e alegria os espera.

Infelizmente, sessões como estas não são nada invulgares. A diferença aqui foi que o tempo não era o principal problema. Da última vez que fiz uma sessão assim, foi para um homem que estava a dias de partir de cancro no pâncreas. Fiz essa sessão a pedido de um bom amigo que sabia que a jovem família do homem estava aterrorizada com a ideia de o perder. Nesse caso, o medo também era um fator — não tanto para o paciente, surpreendentemente, mas para a família. Entrei no quarto de hospital dele e vi duas crianças pequenas, e foi fácil ler o medo nos olhos delas. Sabia que apelar ao sentido de aventura delas e a um plano claro de para onde o pai ia iria ajudar a aliviar esse medo, e ajudou.

Decidi que ajudar a Sharon a compreender que tudo está mais bem do que ela pensa tornaria o resto do tempo dela aqui mais fácil e ajudaria a tornar a transição dela, quando acontecesse, muito mais pacífica.

Esta é a história da Sharon, nas suas próprias palavras:

O meu pai era médico numa comunidade muito pequena e a minha mãe era dona de casa. O meu pai era muito poderoso na nossa cidade e havia sempre a questão de manter as aparências para os meus pais. Tinham uma ética cristã muito forte, mas de alguma forma isso não se traduzia em amor dentro da família.

Quando era uma menina pequena de cerca de cinco anos, crescendo nos anos 60, passava muito tempo sozinha. Tinha irmãos e irmãs, mas as nossas idades eram tão espaçadas que me encontrava sozinha a maior parte do tempo. Estava a brincar lá fora e lembro-me de olhar para o céu e pensar: Quero voltar — quero morrer e voltar para o céu. Toda a minha infância foi impregnada com a ideia de voltar — não queria estar aqui.

A memória mais importante que tenho do meu pai é que queria sempre estar perto dele. Queria realmente, realmente importar-lhe, mas sentia que ele não queria realmente estar perto de mim. Por isso tinha sempre um bocadinho de medo dele. Sei que, como médico, o trabalho dele

era extremamente stressante, por isso acho que quando chegava a casa descarregava todo esse stress nos filhos. Mesmo em pequena sentia a tensão no casamento dos meus pais e a falta de carinho do meu pai pela família. Lembro-me de uma vez, há muitos anos, o meu pai acender a lareira e eu ficar tão entusiasmada com isso. Tinha um cobertor de segurança nessa altura que levava sempre comigo.

Quando o fogo pegou, o meu pai arrancou-me o cobertor sem aviso e atirou-o para o fogo. Fiquei devastada, pensando: Porque é que ele faria isso? Mas parecia ser assim o tempo todo — vivia com medo da raiva dele se fizesse alguma coisa, mesmo algo tão trivial como derramar o leite. O medo continuou à medida que crescia. Tinha hipoglicemia e uma noite, quando me mandaram pôr a mesa para o jantar, as minhas mãos tremiam. Ele enfureceu-se e acusou-me de estar a consumir drogas.

Nunca me senti suficientemente boa em nada do que fazia porque os meus pais eram rápidos a condenar e muito avaros em elogios. Sempre fui boa em arte e música, mas nunca recebi qualquer afirmação deles pelo talento que tinha. Simplesmente esperavam que os filhos se destacassem em tudo e não viam coisas como o talento como um dom. Nunca havia reconhecimento.

A minha mãe elogiava ocasionalmente coisas que eu fazia na minha infância. Elogiava o meu toque de piano e encorajava a minha capacidade artística. Tentava do seu jeito. Acho que talvez tivesse um pouco de medo do meu pai, mas quando éramos só nós as duas, era muito mais carinhosa e amorosa do que quando ele estava presente para ver. Mas os meus pais ainda eram próximos, o que era uma dinâmica estranha — tinham o que parecia de fora um casamento sólido, mas ela nunca se impunha nem dizia nada que contradissesse o meu pai. Pior ainda, nunca conseguia intervir quando via algumas das coisas terríveis que o meu pai me fazia. Quando éramos só nós as duas, era diferente. Dedicava-me tempo e era muito amorosa — mas só quando era entre nós.

Era a segunda mais nova de cinco filhos. Era muito tímida e, mesmo em pequena, sabia que tinha a autoestima muito baixa. Nunca me sentia suficientemente boa. Nunca. Por isso, quando tinha quinze anos, comecei a meter-me em drogas. Também andava com pessoas que consumiam drogas. A minha irmã já estava na universidade e, embora eu fosse mais nova, andava com ela e com um grupo mais velho. Acabei o secundário, mas

fiquei grávida aos dezassete. Foi um desastre enorme. A minha mãe não chorou — soluçou. O meu pai ficou furioso. Não imaginas o quanto estava zangado e disse-me coisas que ninguém devia dizer a outro ser humano. Foi o inferno durante três dias. Uma semana depois de lhes contar, mandaram-me viver com a minha tia e o meu tio na Califórnia. Tive o bebé, mas quando ela nasceu tinha uma cardiopatia congénita. Pensando agora, era tão nova e tão incapaz de tomar boas decisões para a saúde e o bem-estar dela. Sentia-me à mercê do que quer que o hospital ou os médicos quisessem fazer.

O corpinho dela teve de passar por tantos testes e procedimentos. Se fosse mais velha e talvez um pouco mais capaz de me impor, não acho que teria permitido, porque ela estava tão doente e parecia piorar depois de cada procedimento. Tentaram prolongar-lhe a vida, mas acharam necessário transferi-la para outro hospital muito mais longe. A partir daí, não a via muito. Era muito doloroso. Mas via-a e conseguia pegá-la ao colo, e amava-a muito — queria-a. Toda a gente pensava que eu ia dá-la para adoção, mas não havia hipótese de eu fazer isso. Já tinha feito dezoito anos antes de a ter e as pessoas começaram a entrar em pânico porque eu tinha direito legal de a ficar comigo. Isso também não caiu bem na família.

Ela só viveu um mês. Mas quando partiu, na minha cabeça jovem foi quase um alívio, porque não tinha esta grande decisão pendente sobre os cuidados e o bem-estar dela. O médico foi tão frio, no entanto — quando me ligou, disse apenas que o meu bebé tinha expirado. Nem percebi o que isso queria dizer — só sabia que coisas como cartões de biblioteca expiram, não pessoas. Depois percebi que ela tinha partido. Fizemos um funeral, mas os meus pais não vieram.

Estava infeliz na Califórnia. Nunca tinha conhecido a minha tia e o meu tio antes de ser enviada para viver com eles, e passar de uma zona bastante rural para um lugar como a Califórnia foi, para mim, como ser enviada para a lua. Depois de o meu bebé morrer, sabia que precisava de seguir em frente de alguma forma. Comecei o primeiro ano da universidade na Califórnia, apenas alguns meses depois de o meu bebé morrer, estava um caos. Ainda tinha depressão pós-parto e cheia de luto, e não tinha ninguém com quem falar. Os meus pais não queriam falar comigo e até a minha tia e o meu tio se afastaram, não querendo meter-se no meio de tudo. Sentia-me completamente perdida. Mas a minha tia e o meu tio decidiram

que era melhor eu voltar para o meu estado natal para tentar reparar a relação com os meus pais. Lá voltei para onde começara.

Estar de volta em casa foi horrível — a minha mãe chorava constantemente e não queria falar do episódio todo, e o meu pai estava sempre zangado. Tudo o que queriam saber era porque é que eu me tinha dado ao trabalho de voltar. Continuei a explicar-lhes que estava a tentar consertar as coisas, mas o meu pai não queria ouvir. Depois disso, afastei-me deles — ficava o mais longe possível do meu pai. Os meus pais decidiram que eu não ia a lado nenhum — ia para a universidade que eles escolhessem, ficava lá quatro anos e tornava-me professora. Ponto final. E foi o que fiz.

Assim que me formei, tornei-me o que gosto de chamar uma fugitiva com formação universitária. Tinha uma amiga na Virgínia, por isso mudei-me para um lugar chamado Charlottesville — têm lá uma grande universidade. Foi em Charlottesville que finalmente comecei a florescer. Trabalhei durante algum tempo e depois casei-me aos vinte e cinco anos. Parte da razão por que casei com este homem foi porque ele tinha uma filha, a Amy, de um casamento anterior. Ela era muito pequena quando casámos e, embora a mãe ainda estivesse por perto, não tinha uma relação verdadeira com ela. O casamento não era perfeito e passávamos dificuldades financeiras, mas a Amy era uma alegria para mim — ajudou a curar-me. Durante seis anos foi o meu bebé e foi um período maravilhoso.

O casamento com o Charlie não estava a resultar, no entanto. Antes de o Charlie e eu nos divorciarmos, os meus pais vieram visitar-nos. Lembro-me de que pareciam tão diferentes — pareciam muito felizes. Mas em vez de me alegrar por eles, a raiva e o ressentimento daqueles anos jovens começaram a vir ao de cima. Estava zangada por agora estarem tão em paz, quando não tinham sido assim quando isso importava. Mas passámos um bom fim de semana. Um dia o meu pai estava a ver-me nadar e achei muito estranho.

Não estranho de forma sinistra, mas mais que de repente parecia interessado e concentrado em mim. Senti no coração que talvez pela primeira vez me amasse. Não tinha a certeza, mas sentia que talvez sim. No caminho de regresso a casa depois de ficarem connosco, tiveram um acidente de carro terrível com um camião. A minha mãe morreu poucas

horas depois do acidente. O meu pai viveu onze dias. Foi horrível. Realmente, realmente horrível.

Claro que sofri — apesar de tudo, ainda eram os meus pais. Passou cerca de um ano e descobri que tinha herdado dinheiro. O Charlie e eu já estávamos divorciados nessa altura, mas tive uma sensação incrível de liberdade. Pela primeira vez na vida senti que tinha opções. Desenvolvi um bocadinho de ego — o que não foi bom nem positivo. Nunca fui deslumbrante, mas era atraente, por isso entre a minha aparência e o meu dinheiro, aos vinte e nove anos, basicamente conseguia tudo o que queria. Prosperava com isso também.

Decidi começar a viajar, o que fiz bastante. Acabei por dar aulas nas Ilhas Caimão. Ensinava crianças com necessidades especiais que eram bastante deficientes. Era um trabalho difícil e por vezes duro de lidar. Descobri que, em pouco tempo, o meu consumo de álcool começou a ficar fora de controlo. Já bebia quando o Charlie e eu casámos — mais do que as drogas que continuara a consumir. Mas agora, a dar aulas nas Caimão, o meu consumo de álcool ficou fora de controlo e eu sabia-o. Sabia que não podia ficar lá mais — entre beber tanto e estar noutra relação abusiva lá, sabia que tinha de sair. Não conseguia fazer amigos facilmente por causa da minha autoestima e não tinha amigos verdadeiros exceto relações que se tornavam abusivas. Por isso voltei para Charlottesville para dar aulas novamente.

Pouco depois de voltar para Charlottesville, fui diagnosticada com cancro. Cancro da mama. Tinha quarenta e cinco anos e entrei em pânico. Simplesmente entrei em pânico — não lidei com isso com graça, estava aterrorizada, estava zangada e sentia que, depois de tudo por que passara na vida, agora isto? Estava realmente zangada com Deus e é algo com que ainda luto — amaldiçoei Deus. Estava simplesmente furiosa. Desci a ladeira rapidamente.

A depressão sempre lá esteve ao longo de toda a minha história de vida e até me sentia deprimida em criança. Mas isto acelerou ainda mais a descida. Estava a tomar medicação para a depressão, mas não era suficiente. Tentei o suicídio e outras coisas loucas. Bebia muito. Ainda conseguia fazer as coisas — fiz mastectomia, passei por quimioterapia e depois reconstrução, que não correu bem. Acabei por perceber que tinha de desintoxicar e que não conseguia fazê-lo sozinha. Fui para um hospital

desintoxicar, mas acabei na ala psiquiátrica. Lá estive duas semanas. Era um caos — já não conseguia perceber nada e tudo era tão escuro. Estava a ficar sem dinheiro e não entendia como as pessoas simplesmente continuavam com vidas normais quando a minha era um desastre.

Lembro-me de estar sentada na sala comum da instituição psiquiátrica, simplesmente sem funcionar. Tinha batido no fundo. Com força. Depois de duas semanas, os médicos da instituição ainda estavam muito preocupados. Não podia ficar mais de duas semanas, por isso decidiram enviar-me para o Wellness Recovery Center em Charlottesville. Tive medo, mas salvou-me a vida. As pessoas lá eram maravilhosas. Fiquei lá duas semanas e depois consegui sair parecendo vagamente uma pessoa. Ainda estava trémula, mas sentia-me suficientemente bem para lidar com o desastre que a minha vida se tornara lá fora. Já não tinha dinheiro e ainda tinha dificuldade em lidar. Via um psiquiatra e um terapeuta e tinham-me posto muita medicação; demorou muito tempo a acertar a combinação. Fui diagnosticada com perturbação depressiva major, mas sentia que pelo menos conseguia retomar a minha vida agora com a terapia e a medicação certa.

Tentei alguns trabalhos a tempo parcial, mas não estava realmente bem. Ia às reuniões dos Alcoólicos Anónimos, no entanto, e sentia-me bem lá. Adorava lá estar. Às vezes ia duas vezes por dia porque gostava tanto. Mas tive de sair de Charlottesville porque era um lugar caro para viver e eu não tinha praticamente dinheiro nenhum. Mudei-me para uma cidade rural não muito longe que era muito mais acessível e pensei que seria um bom lugar para continuar a curar-me.

Pouco tempo depois de me mudar, no entanto, o meu cancro metastizou para os ductos biliares. Entrava e saía do hospital porque havia obstruções. Fiz cirurgias e procedimentos dolorosos e as coisas ficaram realmente difíceis.

Em 2012, fui diagnosticada com cancro no fígado. Comecei a piorar e, há não muito tempo, o médico disse-me que o lado direito do meu fígado desapareceu.

Agora estou terminal e compreendo isso. E preciso de tempo para me ajudar a curar emocionalmente antes que chegue a hora de partir. De certa forma, é uma bênção saber que tens uma doença que eventualmente te levará a vida. Sei que parece terrível, mas qualquer pessoa pode morrer a

qualquer momento e algumas pessoas não têm oportunidade de resolver os assuntos pendentes. Por isso sinto que, de certa forma, Deus me deu essa oportunidade. Sei que magoei pessoas, disse coisas que nunca devia ter dito e fui tóxica para algumas pessoas na minha vida. É quase como repetir o passado — em vez de mudar quem poderia ser, tornei-me naquilo que os meus pais eram. Tenho assuntos para resolver e o maior é aprender a amar as pessoas. Preciso de trabalhar em mim agora, enquanto ainda tenho algum tempo, e ser mais amorosa. Esse é o meu objetivo neste momento. E tenho de aprender a perdoar antes de partir. Não quero deixar a Terra e voltar diretamente para onde comecei — isso assusta-me.

Tenho medo de partir sem estar em paz no meu coração ou sem saber o que me espera do outro lado. Não quero que haja mais dor, nem física nem emocional. Também quero reparar a minha relação com Deus, a quem amaldiçoei e com quem estive tão zangada durante tanto tempo. Arrependo-me disso. Mas estou a aprender a amar enquanto ainda posso. Tenho um gato que me traz alegria neste momento e estou a desenvolver algumas amizades e a tentar aprofundar as relações que tenho agora. Ainda faço a minha arte, que é muito curativa para mim — quando estou a fazer arte sinto que estou a canalizar o espírito de Deus. Sinto-me realmente em paz então.

Nestes dias sinto-me realmente cansada. Tendo a isolar-me, mas estou a fazer um esforço para sair mais e receber pessoas em casa. Gostaria de fazer voluntariado um bocadinho enquanto ainda posso. A depressão ainda cá está, por isso tenho de ter cuidado com o que me imponho. Fico esgotada muito facilmente. Há dias bons e dias maus. Fico apenas a quinze minutos do hospital e o meu oncologista é o melhor. Um homem simplesmente carinhoso, amoroso, atencioso e protetor. Trata-me como ouro. De certa forma, sinto que o cuidado e a preocupação dele são um presente de Deus porque não recebi isso do outro médico da minha vida — o meu pai. É uma bênção na minha vida e está mais próximo de mim do que o meu próprio pai alguma vez esteve. O universo finalmente proporcionou-me um homem carinhoso e gentil na minha vida. É realmente milagroso de certa forma.

Tenho um pouco de medo de avançar. Para a vida após a morte. Tenho um pouco de medo por causa da forma como reagi quando fui diagnosticada e de talvez ter arruinado as minhas hipóteses de voltar para o

céu. Digo “voltar” porque sinto que já lá estive. Mas tenho medo de ter de ficar parada no mesmo lugar e expiar algumas das coisas que fiz na minha vida e as pessoas que magoei. Tenho lido muito. Li os livros do George Anderson e leio a Bíblia. Sei que as pessoas espirituais dizem que todos iremos lá e isso conforta-me. Quero isso mais do que qualquer coisa. Quero saber que estarei em paz quando morrer. É o meu maior medo — não estar em paz quando passar para o outro lado.

Admito que tenho medo. Mas rezo muito e estou a trabalhar para tentar ser uma pessoa mais amorosa enquanto ainda tenho tempo. Fiz o melhor que pude — sim, estraguei tudo muitas vezes, mas tenho de confiar no que vem a seguir. Tenho de aprender a confiar em Deus e saber no meu coração que sou amada. Incondicionalmente. Não acho que alguma vez tenha sido amada incondicionalmente. Quero saber que perdoei e quero saber que fui perdoada. Mas preciso de acreditar que vai ficar tudo bem. Só quero que fique tudo bem.»

A SESSÃO

«Ok, vamos começar e ver quem vem visitar. Imediatamente uma presença masculina avança — na verdade três, e duas femininas. Agora, partindo do princípio de que tem de ser alguém, uma presença masculina avança, por isso presumo que entendes.»

«Entendo até agora.»

«Um homem vem de forma paternal. Na verdade outro também, por isso pode haver mais do que uma pessoa a assumir esse papel. Deixa-a explicar, mas alguém avança como mãe.»

«Sim.»

«Gostava que se organizassem — estou a receber muitos sinais diferentes. Sim, alguém vem ter contigo como mãe. Diz que é a verdadeira, por isso significa que é a tua mãe verdadeira.»

«Sim.»

«Agora, para que não sintam que os estou a ignorar, mas há também pessoas à volta que dizem ser avós, por isso tenho a certeza de que todos partiram.»

«Mmm-hmm.»

«Por isso estão perto de ti também. E também sem explicar — falou-se de um irmão.»

«Sim.»

«Aguenta aí um momento. Falou-se de um irmão, mas um irmão verdadeiro teu…»

«Sim.»

«…que está lá com eles, mas outra pessoa falou na perda de um irmão e depois disse que era o tio. Por isso presumo que um dos teus pais perdeu um irmão.»

«Certo.»

«Ele também está lá. Mas o irmão verdadeiro vem ter contigo como tal, por isso tu própria perdeste um irmão.»

«Sim.»

«Ok, porque há duas almas diferentes a dizer quase a mesma coisa. Não expliques nada, mas dizem-me que estás num estado bastante difícil, entendido?»

«Sim.»

«Dão-me a sensação de que agora na tua vida estás entre a espada e a parede. Porque sinto que estou encostada a um canto.»

«Sim.»

«Podes sentir agora que estás encurralada. Que estás presa.»

«Sim. Muito.»

«Vejo Santa Bárbara aparecer, que é a padroeira das pessoas que se sentem encurraladas. Estende-se às pessoas quando sentem que estão encurraladas. E acho que no teu caso é por isso que ela está aqui e se estende a ti. Sentes-te encurralada.»

«Sinto.»

«Mas os teus pais, o teu irmão, estas outras pessoas à tua volta insistem que sabes que não estás a lutar sozinha. Estão certamente à tua volta de forma reconfortante e estão a fazer o melhor que podem para te assegurar que não estás a lutar sozinha. Como a tua mãe diz, não podem

interferir na tua experiência. E dizem-me que aquilo com que estás a lutar agora faz parte da tua experiência de vida.»

«Certo.»

«Também — mais uma vez, nada a ver com religião — vejo Santa Teresa aparecer. A crença dela era que tudo o que nos chega é uma graça, seja positivo ou negativo. Tudo tem algum tipo de propósito ou oportunidade de crescimento. Por isso mesmo que aquilo por que estás a passar agora te faça sentir encurralada, vais descobrir mais tarde — talvez não neste mundo — que foi uma bênção disfarçada. A tua mãe também refere que tens medo.»

«Sim.»

«E Santa Teresa aparece novamente para te dizer que não há nada a temer exceto o próprio medo. Diz que basicamente tens medo do desconhecido. Todos os dias há o medo de não saberes o que vai acontecer a seguir.»

«Sim.»

«É como se eu te pedisse para entrares numa sala escura e tivesses medo porque não sabes o que vais encontrar lá dentro.»

«Certo.»

«Isto já tinha surgido dele antes, mas não expliques. Quando o teu pai se fez presente, deu-me a sensação de que sente que poderia ter sido mais próximo de ti.»

«Sim.»

«Já o tinha referido antes, esqueci-me um bocado, e agora está a trazê-lo novamente e a dar-me na cabeça, insistindo que o diga em nome dele. Não parece do tipo meloso…»

(Ri-se) «Não.»

«…porque diz lá de cima, o que podes achar estranho por causa da personalidade dele, mas quis apenas ter a certeza de que sabes que sempre te amou e ainda ama.»

(Chora) «Oh, obrigada.»

«É como eu — não é do tipo emotivo/sentimental.»

«Certo.»

«E também refere que de muitas formas, muito do que passaste nesta experiência de vida te deixou doente. Entendido?»

«Sim.»

«O teu pai também expressa arrependimento por ter-te meio que abandonado.»

«Sim.»

«Estava lá e não estava lá. E não parece que tenhas crescido numa casa acarinhada.»

«Não.»

«E como a tua mãe diz, disfuncional.»

«Sim.»

«E outra razão por que me dizem que Santa Bárbara se estende tão fortemente a ti — quero dizer, aparece noutras sessões também, mas já há algum tempo que não aparecia tão fortemente — é porque desde criança havia a sensação de que sempre te sentiste em prisão. Estás numa situação horrível de que não consegues sair e estás encurralada. Como estar aprisionada.»

«Sim.»

«Por isso estende-se a ti como uma espécie de santa guardiã, por assim dizer. Ok, isto vem do ponto de vista dela, por isso não leias nas entrelinhas, mas até a tua mãe sente que poderia ter sido mais próxima.»

«Certo.»

«Mas é a mesma coisa — espera que saibas que sempre te amou e ainda ama. Posso dizer que na altura, quando estava na Terra, também se sentia nem aqui nem ali. Também se sentia meio encurralada.»

«Sim.»

«Mas dá-me a impressão de que tinhas uma relação melhor com ela.»

«Sim.»

«Fez o melhor que pôde. E mais uma vez quer ter a certeza de que sabes que sempre te amou e ainda ama. Mas mais uma vez, com ela sinto que quando estava aqui tentava desesperadamente ser o coração e a alma da casa.»

«Sim.»

«Não sei de que forma ele quer dizer isto, mas o teu pai expressa arrependimento por ter sido abusivo contigo.»

«Sim.»

«E a tua mãe estava a fazer o melhor para manter as coisas juntas. Mas admite lá de cima que muitas das coisas que aconteceram enquanto estava na Terra ela honestamente não sabia.»

«Ok.»

«Mas ela e o teu pai tinham uma boa relação.»

«Correto.»

«Mas não tanto contigo.»

«Correto.»

«Sinto-me exausta dos gritos e do abuso mental — tudo coisas desagradáveis.»

«Mmm-hmm.»

«Também — é interessante — Santa Bárbara diz que és uma vítima. Não sei o que isso significa, mas entendes?»

«Sim.»

«E disso — dessa lembrança de seres vítima, fizeste-te doente. Entendido?»

«Sim.»

«Há só esta sensação de que te fizeram sentir tão mal contigo mesma. E adoeceste por causa disso. É quase como se sentisses que mereces. E isso desequilibra tudo na tua vida.»

«Sim.»

«Falam em estares com problemas de saúde neste momento.»

«Sim.»

«E isto não é uma constipação. Não é algo de que vais melhorar em dez dias. Mas como a santa diz, é como se parte de ti tivesse medo de te amar a ti mesma, entendes? É como se, de muitas formas, por causa da tua educação, tivesses sido lavada ao cérebro.»

«Uh-huh.»

«É como se alguém tivesse tentado fazer-te sentir que não és uma boa pessoa. E tudo isto está a desfazer-se à minha frente, simbolicamente como um tornado a entrar na sala e a rasgar tudo. É como se, por causa disso, tudo na tua vida se tivesse desfeito.»

«Sim.»

«É muito triste ter de dizer isto, mas sinto definitivamente lá que o teu pai se sente envergonhado. Sente-se envergonhado e com vergonha. Mesmo quando estava a aparecer, era como se tivesse os dois pés num sapato só — era muito estranho. Mas alguém lá disse-lhe para falar agora enquanto tem hipótese, para fechar todas essas lacunas. O teu pai quer que entendas dentro de ti mesma que realmente não merecias o que te aconteceu na tua infância. De muitas formas foste vítima das circunstâncias.»

«Sim.»

«Também o teu irmão diz que está à tua volta como um anjo da guarda lá de cima. Também admite que não era uma pessoa muito feliz na Terra. É triste — há tanta dispersão na vossa família — não que se estejam a mudar de lugar, mas é mais como no Titanic — cada um por si.»

«Sim.»

«E isso é uma forma terrível de crescer. E uma forma muito assustadora de crescer. As almas dizem que o medo é a pior das vibrações negativas, porque todas as outras vibrações negativas vêm dele. Também se fala em problemas com álcool.»

«Sim.»

«Não sei quem, e não digas — mas ou o teu pai ou alguém na família dele — há um historial disso.»

«Sim.»

«E naturalmente isso também não ajuda. O teu pai diz que também não teve uma infância fácil aqui. Não que esteja a arranjar desculpas, mas de muitas formas não sabia fazer melhor.»

«Certo.»

«Fala em ataques noturnos e de ter medo o tempo todo quando era criança. Também passou por muitas experiências assustadoras enquanto crescia.»

«Não sabia disso.»

«Mas crescemos a perder a capacidade de confiar e de nos sentirmos estáveis. Podias sentir que um dia tinhas a melhor família do mundo e no dia seguinte tudo ia pelo cano abaixo…»

«Certo.»

«…por isso não há uma base sólida de segurança. Muito desequilibrado. E a tua mãe não quer parecer uma grande choramingas, mas admite que quando estava na Terra também viveu uma série terrível de desilusões. As coisas começaram de forma diferente para ela e depois acabaram onde ela não pensaria que acabariam.»

«Certo.»

«Como a tua mãe diz, só conheces realmente alguém quando vives debaixo do mesmo teto com essa pessoa.»

«Certo.»

«E tens de lhe dar crédito — está sinceramente a fazer o melhor para manter toda a gente feliz. Quer ter a certeza de que entendes que sabe que devia ter sido mais protetora contigo, mas de muitas formas não sabia.»

«Certo.»

«E o teu pai — agora que está em harmonia consigo mesmo lá — o que teve de fazer ele mesmo, diz-me que está contente por ter saído daqui — da Terra. Não vivi com ele, mas não posso dizer que não tenha pena dele, porque a infância dele também foi muito infeliz.»

«Sim.»

«Diz-me que quando estava na Terra sofria de uma doença, e a doença era a raiva.»

«Meu Deus.»

«Sinto dele que quando estava aqui o nível de raiva era anormalmente alto.»

«Meu Deus, sim.»

«Não posso dizer que não tenha pena dele. Acho que é por isso que está a fazer um esforço tão grande para comunicar contigo e pedir desculpa, e para te fazer saber que finalmente está em paz consigo mesmo. Mas isso não aconteceu de um dia para o outro para ele — teve de trabalhar nisso para chegar lá. Mas parece que quando estava na Terra tinhas vontade de lhe perguntar: "Porque raio estás tão chateado?"»

(Ri-se) «Sim.»

«Não que esteja a tentar fazer pouco, mas brinca comigo que quando estava aqui parecia que tinha sempre uma travessa no rabo.»

«Sim.»

«E também, infelizmente, na vida era meio ciumento. A relva parecia sempre mais verde no quintal do vizinho — e ele nunca tinha sorte nenhuma.»

«Sim.»

«Por isso há muito da criança ainda nele quando estava na Terra, mesmo já adulto era como uma criança zangada.»

«Mmm-hmm.»

«Muitas vezes a tua mãe diz-me que tinha de ser uma espécie de árbitro, para tentar manter as coisas juntas. Não era como hoje em que podias fazer as malas e ir embora. Naqueles tempos as coisas eram muito diferentes. Sem alarme, a tua mãe está a avisar-te para teres cuidado onde pões os pés quando andas. Especialmente em escadas. Há só esta sensação de que às vezes ficas um bocadinho tonta.»

«Sim.»

«A tua mãe também se estende a ti de forma reconfortante e compassiva — sabe que estás doente neste momento e sabe que estás a sofrer. E mais uma vez, estás naquele lugar demasiado familiar dentro de ti mesma onde sentes que estás na prisão.»

«Sim.»

«Sabe que estás a fazer o teu melhor para aguentar. Mas muito da tua preocupação vem do medo do desconhecido. Santa Bárbara aparece novamente para te fazer saber que não há absolutamente nada a temer. Mas também é suficientemente terra-a-terra para compreender que é mais fácil de dizer do que de fazer. Santa Bárbara também veio de um pai abusivo, por isso faz sentido que se aproxime tanto de ti. Mas mais uma vez, vem ter contigo com sentimentos de proteção lá, porque mesmo não estando bem, tens mais medo do que qualquer outra coisa.»

«Sim.»

«É só esse medo do desconhecido. As almas sabem que todos vamos partir. Não é algo que devêssemos temer. Mas as almas dizem-me que estás muito doente agora.»

«Sim.»

«Muito disso, dizem, parece vir do teu estado emocional e mental. Não que sejas louca, mas há tanta ansiedade enterrada e sofres de depressão. E essas coisas são absolutamente doenças. E podem matar-te? Acredito absolutamente que sim.»

«Certo.»

«A tua família lá diz que sabe que vais partir. Mas asseguram-te que não vais até chegares a hora de lá estares. E sabem que estás desesperadamente a tentar melhorar e manter-te bem.»

«Estou a fazer tudo o que me dizem para fazer.»

«Exatamente. O teu pai diz que mais uma vez o medo tomou conta. Por isso se o médico te dissesse para pôr um osso no nariz, pensavas nisso.»

(Ri-se) «Sim.»

«Eles certamente dizem-te para rezar às almas e pedir-lhes ajuda — para te ajudarem a ajudar-te a ti mesma. Mas reforçam que não podem interferir no que tem de ser a tua jornada de vida.»

«Ok.»

«Falam também na perda de um filho. Na verdade trazem-no duas vezes.»

«Sim.»

«De repente a tua mãe refere que tem netos com ela. Um parece ter sido antes do nascimento. Fala-se na perda de um filho, mas dizem que foi antes do nascimento. Também se fala de uma filha.»

«Correto.»

«A tua filha — viveu aqui durante algum tempo, sim?»

«Sim.»

«E está a dizer-me que a partida dela não ajudou a tua situação. É triste ouvir isto, mas diz que a tua jornada na Terra tem sido apenas uma série de corações partidos. Um atrás do outro, desde que nasceste, à tua juventude, à perda dela — diz-me que és do tipo que quer fazer tudo certo, e quanto mais tentavas, mais obstáculos pareciam aparecer.»

«Certo.»

«Quer mesmo ter a certeza de que sabes que ela está bem e num lugar feliz.»

«Bom.»

«E porque percebe que também estás doente, se lá à frente chegar a altura em que for hora de partir, diz-me que certamente estará lá para te receber.»

(Chora) «Oh, maravilhoso.»

«Espera que, desde que saibas isso, não tenhas tanto medo quando chegar a hora. Diz que está sempre à tua volta. Parece que tu e ela eram próximas — aproxima-se de ti agora mas admite que às vezes quando estava na Terra as coisas podiam ter corrido melhor.»

«Sim.»

«Às vezes é simplesmente assim que as coisas acontecem. Mas fala de uma partida trágica.»

«Sim.»

«No sentido da idade dela bem como das circunstâncias. Tem cuidado no teu pensamento, diz a tua filha. Porque mesmo com a partida dela, é quase como se subconscientemente te convencesses de que merecias isto.»

«Sim.»

«Mas ela diz que absolutamente não merecias isto. Faz-te um elogio — admira-te por seres muito perseverante e muito corajosa.»

(Chora) «Ok.»

«Porque na tua vida, tanto sabes o que é que te caiu em cima. É quase como se às vezes começasses a perguntar-te: "Que raio mais se espera de mim?"»

«Exatamente.»

«Agora, fala de uma partida bastante rápida. Mostra-me um campo de basebol, que é o meu símbolo de que isto vem do nada. E refere que quer que saibas que não falhaste aqui. Entendes?»

«Oh, ok.»

«Mesmo ela sabe que estás constantemente a tentar fazer tudo certo. Parece que chegas ao pico e depois acontece mais alguma coisa. É triste ter de dizer isto, mas é como se a tua vida tivesse sido uma luta sem fim. Onde estás tão no limite que isso também te assusta.»

«Sim.»

«A tua filha diz que realmente precisas de te sentar e dar uma palmadinha nas costas a ti mesma. Passaste por tanto — mas és uma sobrevivente. Estás a sobreviver da melhor forma que consegues. Diz-me que já sabes que vais partir, mas na realidade todos sabemos isso — só não o dia nem a hora. E não quer que sintas que a tua é uma exceção à regra. Todos partiremos na nossa própria hora. Ela está muito perto de ti e realmente admira a tua coragem e a tua perseverança. Nem toda a gente conseguiria viver o que tu viveste. E ela sabe que, desde que entendas que ela está bem e que estará lá para ti quando a tua hora chegar oficialmente.

Estará lá quando chegar a hora, e diz que é tão fácil como passar de uma divisão para a outra. É assim tão fácil e sem evento. Mas ela estará lá para estender a mão e guiar-te para a próxima dimensão. E espera que só saber isso tire um pouco da dor.»

(Chora) «Ok.»

«As pessoas têm mais medo das circunstâncias que levam à partida do que da partida em si. Fala em estares gravemente doente. Ao ponto de eventualmente causar a tua morte física.»

«Sim.»

«A primeira recomendação dela quando chegares lá é tirares um descanso prolongado. Passaste por tanto na tua vida que o descanso vai redefinir e refrescar a tua alma. Lá voltarás a estar inteira. Acabei de ouvir o nome George também. Alguém acabou de se aproximar de mim aqui e disse-me que tem o mesmo nome que eu.»

«Sim.»

«Vem ter contigo como família de alguma forma e também te abraça com amor.»

«Uau, ok.»

«Quer estender-se para te mostrar o quanto avançou no além. Também a tua filha fala do pai dela. Não sei como quer dizer isto, mas diz que está com ele. Não sei se quer dizer que está com ele lá ou que está com ele na Terra.»

«Ok.»

«Também diz que as coisas podiam ter sido mais próximas nessa relação também.»

«Sim.»

«Mesmo com o pai dela, tiveste uma relação difícil, sim?»

«Sim.»

«Mais uma vez sinto esse abusivo. Sabes, acho que o pior do teu abuso foi mental e emocional. É como se as pessoas tivessem tentado convencer-te de que as coisas aconteceram e que a culpa é toda tua. É

simplesmente assustador. És atingida por isso tantas vezes que quase começas a acreditar que é verdade. E não é.»

«Sim, ok.»

«A tua filha refere que há uma parte enorme de ti que quer dar o fora daqui.»

«Sim.»

«Vejo-a a fazer o gesto de pôr a mão debaixo do queixo e dizer que já chegaste aqui. Mas como ela diz, quando chegares lá, vais perceber que na verdade tiveste uma vida realizada da melhor forma que conseguiste aqui. E conseguiste o que precisavas de conseguir. A partida dela também não te ajudou e ela sabe que isso foi a cereja no topo de um bolo já podre.»

«Sim.»

«Mas ela agradece-te por rezar por ela à tua maneira. E diz que às vezes sentes que não recebes sinais suficientes dela. Mas a tua alma sabe que ela está por perto e isso leva-te a falar com ela.»

«Sim.»

«Fala em a partida dela ter sido súbita. Mas também diz que sabia que ia partir. Espero que entendas isso, sem me dizeres nada.»

«Entendo. Sim.»

«Por isso ela sabia. Agora aqui está alguém que está perto de ti lá de cima, que também se estende muito a ti lá de cima, que já passou ela própria pela transição. Por isso aqui está alguém que fala por experiência sobre o quão fácil a transição realmente é. Até te provoca um bocadinho porque sabe que tens um pouco de medo.»

(Ri-se) «A sério.»

«Não está a ser insensível — só brinca que tens medo de algo tão simples. Ela já passou por isso e pode dizer-te o quão pacífica e bela a experiência é. Mas também sabe que até passares por isso tu própria, ainda vais ter os teus medos e ansiedades.»

«Sim.»

«Diz-me que quando chegou lá primeiro pensou que estava a sonhar.»

«Oh uau. Sim, isso faz todo o sentido.»

«Fala em partir num estado meio de sono e nem sequer percebeu que aconteceu. Também refere para teres cuidado onde andas. Diz que a doença está a afetar os teus sentidos, mas também diz que podes ter tendência para ver a dobrar. Tudo isto tem a ver com a doença. A principal preocupação dela é que tentes não pensar tanto. O medo tem sido o fator de perigo em 99 por cento de toda a tua vida.»

«Uau. Sim.»

«É só — ela está muito feliz lá, mas às vezes chora simplesmente por ti porque sempre tiveste medo. Noventa e nove vírgula nove por cento medo — desde menina pequena, ao longo da tua juventude, do teu casamento, da perda da tua filha — é como se não confiasses na alegria. É como se, se baixasses as defesas e confiasses que as coisas vão correr bem, o outro sapato caísse.»

«Correto.»

«Tudo fez parte da experiência de vida. Sim, um destes dias vai chegar ao fim e então poderás procurar e encontrar a compreensão completa disso e ganhar a recompensa por teres vivido através disso. Diz que há até dias em que duvidas que haja algum mundo do além.»

«Sim.»

«Mas diz, cara ou coroa, ganhas. Ela estará lá para te receber e pegar-te-á pela mão e atravessar-te-á. Provavelmente nem vais perceber que aconteceu. E porque sabem lá que às vezes a doença do corpo físico pode afetar o corpo espiritual também, ela recomenda descanso quando chegares lá. Também fala dos animais que partiram.»

«Sim.»

«Os teus outros filhos, por assim dizer. Muitos deles estavam lá quando ela passou e receberam-na. Fala em trabalhar com animais lá, o que me deixa sempre contente ouvir, e trabalhar com animais aqui que foram abusados ou maltratados, onde tenta fazer com que alguém os venha salvar. Garante que têm hipótese de ser salvos e encontrar um lar feliz.»

«Isso é ótimo.»

«Fala especialmente de gatos. E parece que mesmo na tua vida, os animais têm sido uma terapia tremenda para ti.»

«Sim.»

«Muitas vezes foi isso que te ajudou a passar pela vida. A preocupação com o bem-estar dos animais.»

«Sim.»

«A tua filha diz-me que apareceu em sonhos. Certamente tem estado perto de ti, especialmente ultimamente. Quer estejas consciente disso ou não. Também diz, quanto à partida dela, e quer ter a certeza de que entendes isto — ninguém tem culpa e ninguém foi culpado. Entendido?»

«Sim.»

«Quer ter a certeza de que sabes que a única coisa que vos separa é a forma — o mundo físico. Naturalmente preferias tê-la aqui, mas como não é assim que as experiências de vida funcionam, quando fores lá vais entender melhor quando ela te disser que está mais perto de ti do que podes imaginar. Quando fores lá, vais entender por ti mesma. Podem estar mais perto de nós do que qualquer pessoa no mundo físico. Diz-me isto e não te está a dizer como deves sentir, mas promete-te que também vais ficar contente pra caraças por teres saído daqui.»

(Ri-se) «Sem dúvida.»

«Mas mesmo quando isso acontecer, não quer que percas de vista o facto de que nesta existência foste uma sobrevivente. Sabe que houve momentos na tua vida em que desejavas simplesmente morrer, mas agora que parece estar a bater à porta, estás a pensar duas vezes sobre tê-la convidado. Mas isso é só o caminho natural da vida. Ela traz um bom ponto — por causa da tua doença, há uma tremenda sensação de libertação, entendido?»

«Sim.»

«Quero dizer, ela sabe que alguns dias sentes que ficaste a perder, mas também sabes que estás a avançar e a afastar-te desta existência de vida. E só o facto de vos reencontrarem será um grande bónus. Ela, os animais e as pessoas que te amam. Também quer que saibas que ela não sofreu antes da partida.»

«É bom saber.»

«São José apareceu à minha frente e é o padroeiro de uma partida feliz. Esse símbolo confirma o que ela acabou de dizer. Mesmo que primeiro pensasse que estava a sonhar, os animais ajudaram a tranquilizá-la. Não houve medo nenhum.»

«Bom.»

«Acabei de ouvir o nome Helen. E ela vem ter contigo como família.»

«Sim.»

«Há uma maternidade nela. Como uma tia, avó — algo assim. Diz que está muito perto da tua filha lá. E está a cuidar muito bem dela. A tua perda na Terra foi definitivamente o ganho dela no além.»

«Awww. Bom.»

«E ela e a tua filha são boas amigas. Também ouvi o nome Rob ou Robert. Não tem a certeza se te vais lembrar dele.»

«Tenho de pensar nisso.»

«Deixo contigo. Não te podes lembrar de toda a gente que conheceste em cinco segundos. Mas ele está lá e só se está a estender.»

«Ok.»

«É engraçado — tinhas gatos.»

«Sim.»

«Sei porque os meus próprios gatos estão aqui sentados ao meu lado e a tua filha está simplesmente encantada com eles. Pode ser simbólico, mas acabei de ver São Francisco de Assis aparecer e o santo elogia-te pela tua bondade para com os animais. Que foste muito bondosa com os animais.»

«Sim.»

«Não aparece só porque adotaste um peixinho vermelho. Abençoa-te por te teres dado ao trabalho pelos animais e pela tua bondade mesmo ao longo de tantos episódios da tua vida. Especialmente vira-latas. Estiveste lá para eles.»

«Sim.»

«E todas estas bondades são lembradas e guardadas no banco de memória lá. Por isso vais beneficiar de todo o bom trabalho que fizeste por eles aqui.»

«Obrigada.»

«Por mais que a tua vida tenha sido 99,9 por cento medo, nós aqui somos os heróis e heroínas que vêm a esta dimensão e ainda tentam fazer o bem apesar das coisas terríveis que acontecem. Mas tudo por que passaste acabará por ter propósito, significado e até alegria por trás quando chegarmos ao mundo do além. Mesmo que tenha sido desagradável. Estás a ganhar as recompensas espirituais que ganhaste como alma na tua jornada única. Não me corrijas, mas ouvi o nome Charlie.»

«Sim.»

«Deixa-me explicar — pode ser alguém aqui, mas tem de ser alguém significativo.»

«O Charlie está aqui.»

«Ok, mas significativo?»

«Sim, muito.»

«Ok — alguém lá chamou por ele. Alguém próximo dele que partiu conhece-o e pode usar-te para se estender a ele. E se achares que ele consegue lidar com isto, e eles dão-me a impressão de que sabes quem é que está a tentar alcançar…»

«Sim, sei quem é.»

«…mas assim que sabem que sabes quem é que está a tentar alcançar, então não tenho de me esforçar tanto. Desde que a mensagem lhe seja dada de que este indivíduo o chama com amor.»

«Ok, posso fazer isso.»

«A alma está agora encantada com isso. Parece uma presença feminina.»

«Sim.»

«Há só uma sensação reconfortante e bonita com ela. Mas diz que está à volta dele, o que tenho a certeza de que lhe vai pôr um sorriso na cara.»

«Oh sim, com certeza.»

«E abençoa-te e agradece-te por transmitires a mensagem. Mas acho que por agora, Santa Bárbara, que ainda está aqui, é certamente alguém a quem podes recorrer para te ajudar a ajudar-te a ti mesma.»

«Ok.»

«As almas dizem-me que se estão a retirar. Bem — o teu pai diz de qualquer forma — diz que sempre te amou e ainda ama, mesmo que tivesse uma forma muito estranha de o mostrar.»

(Ri-se) «Pois.»

«Mas sente que precisa de o ouvir e também é para se redimir. Para que ambos possam começar de um lugar novo quando o vires novamente no além. A tua mãe também te abraça com amor, juntamente com a tua filha e o teu irmão. Pedem-te que te lembres de rezar por eles e mais uma vez — quando chegar a tua hora, estarão lá para te receber. A tua filha especialmente. Diz para não teres medo — quando for a hora e sentires que está prestes a acontecer, conta simplesmente até três — um, dois, três — e depois deixa ir. Diz que vais ficar contente por o teres feito.»

«Ok.»

«Mas tu já sabes isso. Mas com isso, retiram-se, abraçando-te com amor, até te verem novamente. Com isso despedem-se e… lá se vão.»

Tenho muito orgulho nas almas em circunstâncias como esta — alinham-se como soldados e deixam o passado claramente para trás para ajudar as pessoas que amam. Havia muito terreno a cobrir, mas fizeram um trabalho incrível tentando tanto assumir a responsabilidade pelo mal do passado como abrir caminho para um novo e luminoso começo para todos eles. A visão em retrospetiva é uma coisa incrível, quer aconteça aqui ou no além — permite-nos olhar para algo sem o filtro da emoção fresca e realmente ver não só a nossa parte num problema, mas como foi sentido pela pessoa a quem as nossas ações foram dirigidas.

Quando conseguimos olhar para qualquer coisa sem a lente distorcida da dor, aprendemos tanto sobre quem somos como pessoas e como almas numa jornada. Parte desta nova compreensão no além é a jornada das almas para consertar o que quebraram na Terra. Outra parte é o amor puro que experimentam por aqueles que podem ter magoado no passado. É mais

fácil perdoar as pessoas quando sabemos que, devido às suas próprias dores e medos, eram incapazes de funcionar de forma amorosa. É mais fácil compreendê-las como pessoas quando são honestas e simplesmente nos dizem que às vezes realmente está fora do seu controlo, mas ainda assim assumem a responsabilidade.

A Sharon é uma mulher notável e fiquei muito feliz por a conhecer. A sua disponibilidade para largar o passado, lidar com o presente e acolher o futuro, seja ele qual for, foi algo que também me fez bem ao coração. Parece que a doença terminal dela lhe deu vida — devolveu-lhe a capacidade de amar, perdoar e compreender.

Muitas vezes descobri que o mais vivo que alguém pode fazer acontece precisamente quando aprendemos que a vida não é para sempre e que amanhã não é garantido. A Sharon pegou nesta última lição final e transformou-a num belo tributo à sua própria vida. É um verdadeiro testemunho do facto de que a paz é curativa e que o amor realmente conserta tudo.

A 2 de abril de 2016, Sharon Rose perdeu a batalha contra o cancro. Na última mensagem que recebemos dela, contou-nos sobre o diagnóstico desanimador e como era altura de se preparar para a transição. Mas estava calma e num lugar de verdadeira compreensão. Disse-nos as palavras que ressoariam nos nossos corações para sempre: «Estou pronta. Estou em paz.» Que longo caminho foi para a Sharon e que transformação incrível de crenças ela teve. Espero que agora consiga sorrir para as lutas que outrora suportou e que tenha encontrado tudo o que o seu coração ansiava na Terra: felicidade, amor e alegria.

EPÍLOGO

A RODA DA VIDA

No início deste livro, escrevemos que, a cada dia em que o sol nasce, as almas têm as mãos e os corações no nosso mundo, ajudando a moldar as circunstâncias por que passamos. À medida que as nossas vidas prosseguem e lutamos através de tempos difíceis e desafios, essa afirmação nunca soou mais verdadeira. As almas mostraram de tantas formas a sua influência incrível nas nossas vidas, tanto no nosso plano como no delas. Mas porquê agora? Porque estão as almas a esforçar-se tanto para nos ensinar que, quando se trata da vida entre o céu e a Terra, a capacidade delas de trazer resolução e paz é ilimitada?

Suponho que parte da resposta pode ser encontrada nas vidas que vivemos e no mundo em que vivemos. Tudo à nossa volta parece tão incerto nas circunstâncias que enfrentamos e nas lutas que suportamos. Estamos agora conectados a um nível global que teria desafiado a compreensão há apenas vinte e cinco anos, mas não temos respostas mais definitivas sobre a natureza da nossa jornada espiritual agora do que tínhamos então. Deveríamos saber mais, deveríamos estar mais conectados à jornada da nossa vida e deveríamos ser menos inclinados para a incerteza que parece permear tudo o que sabemos sobre o significado da vida.

Mas não somos. E acredito que é exatamente por isso que as almas intensificaram a sua comunicação com a Terra, mesmo em algumas das circunstâncias mais invulgares com que se depararam. Mas, mais uma vez, porquê agora? Acredito que o resto da resposta está na frase que as almas me disseram em quase todas as sessões desde que comecei a ouvi-las há mais de meio século — «Estamos mais perto de vós do que imaginais.»

É sempre gratificante numa sessão o cliente ouvir os seus entes queridos dizerem que estão muito mais perto de nós do que podemos imaginar. Costumava acreditar que a frase significava apenas que as almas estavam connosco quando éramos precisos e que se agarravam a nós para nos ajudar a passar pela nossa existência aqui.

Mas o verdadeiro significado dessa frase vai muito além da minha compreensão simples, e as almas só recentemente começaram a ajudar-me a compreender plenamente. Pode ser que eu tenha crescido o suficiente na minha própria educação sobre a vida aqui e no além, ou que nós como povo

tenhamos crescido o suficiente para compreender mais. Pode também ser que as almas confiem em nós para saber que nem todas as circunstâncias de viver e morrer são perfeitas, mesmo que o resultado eventualmente o seja. E só porque o mundo delas é perfeito não significa que também não seja um trabalho em constante progresso. Elas sabem que às vezes o caminho para a paz pode fazer um desvio.

Sabem que às vezes atravessaremos muitas portas antes de encontrar aquela por que estávamos destinados a passar. E as almas certamente sabem que às vezes onde começamos não é onde acabaremos, por mais bem planeada que a jornada devesse ser. Sabem que a vida tanto aqui como no além mudará muitas vezes até nos levar ao nosso destino perfeito. As almas estão mais perto de nós do que imaginamos, porque elas somos nós. Deixem-me explicar.

Long Island, Nova Iorque, nos anos 1950 era um mundo muito diferente do que é hoje. Era um mundo distante da vida citadina do Bronx que os meus pais conheciam — mas a promessa de uma vida nova e feliz atraiu-os, tal como a tantos outros, para o que era então um lugar vasto e aberto onde podiam viver as suas vidas como bem entendessem.

Os meus pais eram pessoas muito poupadas, mas quando se tratava da Igreja, o dinheiro nunca era problema — davam livremente e da forma que podiam. Quando a paróquia de Santo António tinha a sua feira anual, os meus pais metiam-nos no carro para ir apoiar os esforços de angariação de fundos. Quando somos crianças, nunca é difícil ficarmos deslumbrados com o modo como um simples parque de estacionamento podia transformar-se num país mágico cheio de luzes, sons, cheiros e excitação.

A minha mãe fazia exatamente a mesma coisa em todas as feiras: comprava-nos três bilhetes a cada um, o que nos dava direito a ir nos brinquedos que ela pré-aprovava — o Chicote, o Tilt-A-Whirl e a magnífica roda-gigante. Durante uma feira, dei por mim a vaguear, aborrecido, depois de despachar os meus bilhetes em muito pouco tempo. O meu pai dirigia-se ao Salão da Igreja, onde tinham um casino improvisado, e sentindo que não havia nada melhor para eu fazer naquele momento do que perder-me ou meter-me em sarilhos, pegou-me na mão e levou-me para dentro do salão.

O salão estava cheio de fumo e mesas de jogo e pessoas a jogar em nome de Deus. Tudo parecia tão adulto para mim — havia pessoas sentadas e a olhar intensamente para as mãos que lhes tinham sido dadas, outras a observar as mesas, e homens a dar cartas com cuidado e a contar maços de notas de dólar. O meu pai pegou-me pelo ombro e dirigiu-me à mesa da roleta. Recebi alguns olhares desaprovadores das pessoas sentadas à mesa, mas o meu pai mais uma vez pôs a mão no meu ombro e anunciou: «O rapaz está comigo», e isso pareceu dispersar os olhares carrancudos dos presentes.

«Não aceitamos mais apostas, por favor.» A roda girou num flash vertiginoso de cores e números, e o crupiê lançou delicadamente a bola na roda. Vi-a saltitar, girar, saltitar novamente, demorando o que parecia uma eternidade a decidir onde queria ficar. Finalmente, parou.

«Catorze preto», anunciou o crupiê, para suspiros audíveis e uma mulher a gritar. O crupiê colocou mais fichas ao lado das da mulher. Ela agarrou-as num instante e gritou: «Graças a Jesus!» Ve-la desaparecer da mesa pareceu causar algum descontentamento ao crupiê — suponho que num evento de angariação de fundos, agarrar nas fichas e ir para casa não fosse o nome do jogo. Mas lá foi ela com os seus ganhos, e lá fomos o meu pai e eu das mesas de jogo e de volta para o ar limpo e fresco do verão lá fora.

Nessa noite na minha cama, pensei muito na mulher e na roda da roleta. Parecia-me demasiado estranho e aleatório — catorze preto, não vinte e um vermelho ou mesmo o duplo zero. Enquanto a bola dava voltas na roda, parecia saltitar de lugar em lugar, sem saber onde fazer casa. E encontrou um lugar tão solidamente que a própria viagem parecia quase destinada a acabar exatamente assim. Nessa idade jovem, por causa daquela roda da roleta, comecei a compreender que o destino é uma jornada. É um giro na roda da vida.

Todos nós fazemos parte de uma roda da roleta quando estamos na Terra, e muito provavelmente mesmo no além. Começamos a girar numa direção contra o movimento da roda da vida. Saltitamos de circunstância em circunstância, aparentemente ao acaso, até chegarmos ao lugar em que de alguma forma caímos tão resolutamente como se tivéssemos sido colocados lá por mão. É tudo assim tão aleatório, ou estamos destinados a girar furiosamente por circunstâncias, experimentando algumas, entrando e

saindo de vidas que poderíamos levar, até cairmos na vida que devíamos cumprir? Acredito, depois de tantos anos a ouvir não só as almas, mas pessoas que ainda caminham na Terra, que a resposta é na verdade ambas — as nossas vidas são um conjunto aleatório de circunstâncias fixas. O lugar onde a nossa bola cai é o lugar onde devíamos estar, ou o lugar para onde devíamos ir. É a nossa roda da vida, e nós decidimos se ficamos para abrir essa porta ou se partimos para perseguir outra.

Ao mesmo tempo, o nosso destino coloca diante de nós as portas que devíamos considerar. Num universo cheio de possibilidades infinitas, onde os parâmetros são definidos apenas pela nossa disponibilidade para viver dentro deles, escolhemos a porta ou permitimos que a porta nos escolha. Mas seja como for que escolhamos, a escolha ainda é nossa. E não importa o quê, as almas estarão sempre lá para nos guiar gentilmente para a nossa resolução perfeita.

À medida que envelheço, descubro que a única regra rígida e rápida é que realmente não há regras rígidas e rápidas. Aprendi que podemos olhar para qualquer coisa — a vida, o além, as pessoas, as almas — e encaixá-las numa caixa que caiba perfeitamente nos nossos pequenos parâmetros de crença. Mas como tudo o resto que experienciei, as almas e o mundo do além não são assim tão fixos e compreensíveis como até eu possa ter acreditado. Era tão jovem quando comecei a ouvir as almas, e acho que na minha juventude pode ter havido uma certa ingenuidade que me fez acreditar que era tudo como um quadro — podíamos passar anos a olhar para as diferentes formas e cores, mas no fim do dia era um quadro acabado.

Mas à medida que envelheci e ouvi mais histórias de pessoas que viveram vidas incríveis na Terra e continuaram para circunstâncias incríveis no além, nada sobre o nosso mundo ou o delas pode ser colocado numa restrição tão apertada como dizer: «Aqui está o fim da experiência — aqui estão os cantos da nossa compreensão.» Continua — às vezes além da nossa capacidade de compreender. Por isso aprendemos mais e imprimimos outra edição da história do mundo tal como o conhecemos. À medida que continuamos a viver, continuamos a aprender e a vida continua a mudar.

Penso naqueles dias, a ver aquela roda da roleta dar voltas e voltas, ocorreu-me que o meu pai e eu éramos as pessoas mais sortudas naquela mesa. O meu pai, com uma mão no bolso, a tilintar inconscientemente o

troco porque nenhum dinheiro seria gasto em algo tão frívolo como o jogo, e a outra mão no meu ombro enquanto víamos a bola dançar, aterrar e deliciar exatamente uma vencedora. O resto dos jogadores saiu, dizendo a si mesmos que era tudo por caridade, mas cada um deles desejando ter sido aquele vencedor sortudo.

O meu pai e eu não tínhamos cavalo nessa corrida — por isso, qualquer que fosse o resultado, éramos apenas observadores e ficávamos igualmente deliciados por ser catorze preto ou qualquer outro número na roda — o nosso dado estava lançado e nada na nossa circunstância mudava. Outros, orgulhosos da sua caridade mas abatidos, viram um bocadinho da vida mudar para eles naquela noite. E a mulher que gritava — bem, ela acertou no jackpot. Todo de vinte e sete dólares.

A vida, tanto aqui como no além, parece-nos tão clara quando estamos mesmo em cima dela, a vivê-la todos os dias. Mas a poucos passos da mesa, o tabuleiro parece mais interessante e a cena é muito mais cativante. Não fazemos ideia do que vai acontecer, por mais cuidadosamente que tenhamos planeado ou por mais meticulosos que sejamos a seguir o jogo. A vida, no fim, girará e girará, dançará de circunstância em circunstância e fixar-se-á no lugar onde estava destinado a estar.

Muitas das histórias que decidimos incluir neste livro ilustraram coisas que simplesmente não sabia serem possíveis até a circunstância surgir numa sessão e as almas poderem lançar luz sobre ela. Além dos Stillwell e da incrível história das crianças deles, que primeiro pensei ser uma anomalia de outro mundo, estou a descobrir que, à medida que as almas se aproximam mais, de forma mais pessoal e honesta com o mundo que deixaram para trás, podem dizer-nos como as coisas nem sempre chegam ao "final feliz" que pensávamos que teriam, ou à "partida perfeita" que nos disseram que haveria. Pelo menos não imediatamente.

Até a "compreensão completa" que nos foi prometida quando pensamos em termos floridos sobre as almas e o mundo delas pode ser subjetiva — tudo parece depender do que cada um de nós precisa para completar a jornada das nossas vidas. A verdade é — e acho que já sou suficientemente velho e experiente para a compreender — que o caminho para a alegria completa, compreensão e felicidade é por vezes uma verdadeira chatice. Parece de alguma forma manter-nos ligeiramente fora do nosso jogo, para que nada nas nossas vidas seja uma aposta segura, e a

única coisa em que podemos contar sejamos nós mesmos, a nossa capacidade de mudar com o que vier e o nosso desejo de estar em paz com isso.

Então onde é que tudo isto nos deixa? Para ser honesto, ocasionalmente fico a coçar a cabeça depois de uma sessão, às vezes de espanto pela engenhosidade de tudo, e às vezes em absoluta confusão, porque me parece que o além pode não ter tudo tão arrumado como originalmente pensei. O além, parece, é tão humano como nós — avança, muda quando precisa, fica um bocadinho teimoso, resiste um pouco, mas depois dá tudo o que tem a nós. À medida que aprendemos e crescemos, também o mundo que esperamos habitar um dia. Suponho que é um bocadinho ingénuo pensar que as coisas estão tão bem ordenadas em todo o lado exceto na Terra — ei, isso também foi o que as almas me levaram a acreditar numa altura.

Mas estou a aprender e a compreender, e talvez capaz de aceitar e crescer com a compreensão de que o além não é um quadro que nunca muda. As almas começam a ajudar-me a compreender que as cores no quadro às vezes precisam de mudar, as formas precisam de se deslocar, o quadro pode ter de crescer para acomodar algo invulgar ou encolher para não ser demasiado avassalador para uma alma. Vive, respira — é tão humano como nós. Talvez não exatamente o "céu" que pensávamos que era — um destino estático e adorável — mas mais um lugar onde tudo é possível e tudo pode acontecer para o seu próprio bem — uma jornada inesperada mas incrível.

«Estamos mais perto de vós do que imaginais.» Desta frase simples vem uma verdade profunda. As almas são exatamente como nós, e sempre serão — movem-se, mudam e crescem. É um pensamento agradável. Tira tanto do mistério estranho de um lugar que pareceria intimidante para qualquer padrão. Mas também o torna mais real para nós. E mais alcançável. Um dia, a roda das nossas vidas, tanto aqui como no além, alinhar-se-á de forma espetacular.

A porta por que entrámos e a porta por que estávamos destinados a entrar encontrar-se-ão num lugar belo, e na melhor altura possível. Podemos entrar por uma porta, ser empurrados por outra, ser puxados para outra circunstância ainda, e depois guiados para o melhor resultado possível, mas tudo faz parte da nossa bela jornada na Terra, e também no

além, onde continuamos a mudar os mundos que vemos simplesmente por precisarmos que isso aconteça.

Como as almas me disseram muitas vezes na minha vida, a jornada da Terra para o mundo do além é como atravessar uma porta. Como tinham razão, e que sentido perfeito faz. Que ingénuos fomos por pensar que era só uma porta, e numa só direção. Agora sabemos melhor. As almas lá estiveram, e estarão sempre lá. Não importa a luta, a história das nossas vidas terá sempre um final feliz. E tudo começou com a nossa decisão de avançar numa jornada incrível através de uma vida na Terra com vista para o céu.